

【2022年5月 4回コース開催】

5/12.19.26.6/2(すべて木曜日)

金子小児科の産後ケアプログラム

# ママトレ with Baby



2018年6月21日の教室

- 時間 13:00~15:00
- 対象 10組  
(ママと生後210日までの赤ちゃん)
- 要予約  
(TEL:0836-22-0006 金子小児科)
- 参加費 保険料として500円/1回
- 場所 金子小児科3階

出産後は、「私の体形は、もどに戻るかしら?」「私の子育てこれでいいの?」「夫の手助けが必要だけど、どう言ったら手伝ってもらえるかな?」「いつから仕事復帰しようかな?」などなど、何かと不安や悩みがつもる時期です。そんな時期を楽しく乗り越えるために、ママトレに参加してみませんか? ママトレで汗をかき美しい体形作りとともに、笑顔が素敵なママを目指して!