第63回

森ノ宮医療大学地域子育て支援

もりもりひろば

今月のテーマは…

「お母さんのヨーガ」

からだを動かしたいけどどうやって？
心身の活性化とリラックスを簡単なヨガポーズと共に体感しよう！
お父さんもお気軽にご参加ください♪

日時と場所

日程：11月11日（土）

時間：10:00～12:00

会場：森ノ宮医療大学
ウエストポート（西棟）3階

対象：本学近隣(住之江区)在住の
乳幼児(～1歳半)とご家族

タイムスケジュール

10：20～　絵本の読み聞かせ
10：30～　お母さんのヨーガ
11：00～　自由遊び＆子育て相談
　　身長・体重測定
12：00　終了

服装・持ち物

- タオル
- 水分
- 母子健康手帳
- 動きやすい服装でお越しください

※お車で来られる場合は事前にご相談ください♪

参加無料
ご参加お待ちしております！

この活動は森ノ宮医療大学看護学科教員(保健師・助産師・看護師)が支援しています。

想いのすべてを、医療の力に。
森ノ宮医療大学
MORINOMIYA UNIVERSITY OF MEDICAL SCIENCES

大阪市住之江区南港北1-26-16
【アクセス】コスモスクエア駅 2番出口から徒歩1分
【TEL】06-6616-6911　【URL】http://www.morinomiya-u.ac.jp/