

もりもりひろば

日にち: **8月20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

テーマ

「お母さんのための ラフターヨガ体験」

ラフターヨガは、笑いとヨガの呼吸法を
組み合わせたエクササイズです！

※タオルと水分を持参してください。

タイムスケジュール

- 10:20~ 絵本の読み聞かせ
- 10:30~ お母さんのための
ラフターヨガ体験
- 11:00~ 自由遊び&子育て相談
身長・体重測定
母子健康手帳をお持ち下さい。
- 12:00 終了

対象

本学近隣
(住之江区)在住の
乳幼児(0~1歳半)
とご家族

参加無料

ご参加をお待ち
しています！
お車で越しの方は
事前に本学まで
ご相談ください。

笑って元気！
楽しい笑いヨガ！



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/>



もちろんお父さんも
どうぞ！

