

第67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♪

※お車で来られる場合は事前にご相談ください！

★日時と場所



日程: 4月28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

2018年度スケジュール

開催日	テーマ
4月28日	お母さんのヨーガ
5月26日	がんばりすぎない子育て
6月23日	保健師課程の学生による健康教育
7月28日	ベビーマッサージ
9月22日	食育SATシステムを使って、栄養バランスの確認
10月27日	小児鍼によるファミリーケア
11月24日	感染予防について(手洗いチェックカードを用いて)
12月22日	なにしてあそぼ!
2019年 1月26日	赤ちゃんの運動発達
3月23日	乳がんの自己検診法

※開催日・内容は変更することがあります

★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

参加無料
ご参加お待ちしております
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/>