

第84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

「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: 12月14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

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!

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
自由遊び&子育て相談
身長・体重測定
- 12:00 終了



※お車で来られる場合は事前にご相談ください!

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】<https://www.morinomiya-u.ac.jp>

