

産後ヨーガのご案内

日時 2020年2月16日(日)

3月22日(日)

受付 14:00～ ヨーガ講座 14:30～16:00

『お願い』

午前中は外来診察を行っていますので、予約の電話・問い合わせは
14:00～17:00の間をお願いします。
上記時間外の予約は致しかねます。ご了承ください。

対象 おおむね産後2か月～産後1年までのお母さん

お母さんひとりで受講：産後2か月～産後1年まで

赤ちゃんと一緒に受講：産後2か月～おおむね産後6か月まで

*開催場所の都合上赤ちゃんの行動範囲が広がってくると危険を伴うため
おおむね6か月を過ぎたら一緒に受講をお断りする場合があります

*赤ちゃんを連れてくる場合は月齢に合わせた予防接種を受けておいて下さい

募集人数 6組

料金 1000円(税込) 受講後に休日窓口にてお支払いをお願いします

会場 国立病院機構相模原病院 リハビリテーション科

※当日会場にて受付をします。直接会場にお越しください

持ち物 診察券、バスタオル、フェイスタオル、飲み物

動きやすい服装、赤ちゃんグッズ(着替え・オムツ・ミルク等)

担当 日本マタニティヨーガ協会認定インストラクター
2階北病棟 助産師 阪本梨愛 嵯峨香絵 秋保知美

主催：(独)国立病院機構相模原病院 2階北病棟
お申込み・問い合わせ

平日 14:00～17:00 産婦人科外来

TEL 042-742-8311 (代表)