







ママベビー&ミニーピクス①

お母さんと子どもが、楽しくスキンシップをはかりながら親子の絆を深め、愛情と信頼関係をはぐくむのに役立つエクササイズです。産後のお母さんの心のケアにもなりますよ。



-  **日 時** : 2月28日・3月6日・3月13日 (金)
午前10時~12時 (全3回)
-  **場 所** 植木文化センター (植木公民館: 和室)
-  **受講対象者** : 2ヶ月~7ヶ月の乳児と母親 10組
(2月28日 時点の月齢)
-  **講 師** : B-Smile インストラクター 吉武 千鶴先生



ママと一緒にエクササイズ!
たのしいよ~!!
参加費無料

*** 申込締切 2月18日 (火)**
(申込多数の場合は抽選になります。)

* 受講に際し、公民館で配慮が必要な場合には、遠慮なくご相談ください。

申 込 方 法	
① 文化センター窓口 63円の郵便はがき一人1枚ご持参ください。 (表面に、申込者の住所・氏名を記入)	② 往復はがき (締切日必着) (126円) 返信表面: 住所・氏名 往信裏面: 講座名・住所・保護者名・子の名前・月齢・性別・電話番号
③ インターネット 熊本市HP → 「植木公民館」で検索 → 「主催講座案内」から申込	

申 込 み 及 び 問 合 せ 先
〒861-0136 熊本市北区植木町岩野238-1 TEL (096) 272-6906 植木まちづくりセンター・植木公民館 (植木文化センター内)