

オンライン相談

無料

つながろう♡ママういず助産師
@なかの

元気に笑顔で子育てするために

気軽に相談したい
ママたちとお話したい
うつうつしている、涙もろい
夜眠れない、からだが重い、疲れやす
い、肩こりがある方

対象：妊婦・産後の方

先着5名

日時 11月14日(土) 10:00~11:00

会場 ZOOMによるオンライン

第1部

こりかたまっ
たからだを動かそう
骨盤ケアの方法



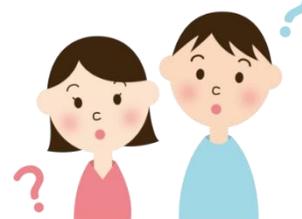
第2部

産後の生活、過ごし方



第3部

参加者による
お悩み相談会
おしゃべりしよう



お申込み
お問い合わせ

TEL 0263-31-0880

URL <https://nagano-midwife.com/>

QRコード



* QRコードまたはURLよりお申し込みください。後日オンライン招待メールを送ります

主催：長野県助産師会