

# 元気な子育て・健やかな一生のための 産後のすごしかた

あさ助産院 伊藤真美さんを迎えて、「産後のすごしかた」のお話をききます。その後、個別相談も受付けます♪ 産後 100 日、特に最初の 1 ヶ月のすごしかたは、女性の一生に大きく影響します。出産をきっかけに、ご自身の身体と向き合ってみませんか？ 産後 100 日以上経った方も遅くありません。今からでもできるポイントをお伝えします。

**日時: 7月27日(火) 14:00~15:00**

**場所: 子育てひろば ころろ TEL 082-231-8015**

**対象: 生後6ヶ月までの赤ちゃんと保護者・フレママさん**

**定員: 10組**

**《予約不要》**

※7/27 午後のひろば(13:15~15:30)は行事に参加される方のみの利用になります。

