

マタニティ・ヨガと産後のお話

日時：2019年12月7日（土）9:30～12:00（9:20～受付）

場所：千葉市男女共同参画センター 和室

産後の赤ちゃんとの生活をイメージできるようなミニ講座と
マタニティヨガの体験を行います

*** 事前申し込み・定員 12 名（先着）**



助産師は、「お産」を核としてさまざまな場所で活動しています。
そして、すべての女性に寄り添い、女性の一生の健康の支援をしております。
あなたのライフステージに寄り添う助産師を見つけに足を運んでみませんか？
皆さまのご来場をお待ちしております！！

当日参加OK
9:30～12:00

○健康相談

女性の健康全般。妊娠・出産・育児・母乳・性に関してなど助産師との個別相談

○お腹の中の赤ちゃんとのふれあい

妊婦さんとそのご家族が対象。お腹の上から赤ちゃんの位置を確認したり、心音を聴きます

○赤ちゃんの体重測定

赤ちゃんの体重測定や母乳栄養などの個別相談

【男女共同参画センターまつり問い合わせ】

千葉市中央区千葉寺町1208-2
千葉市ハーモニープラザ内
千葉市男女共同参画センター 電話番号 043-209-8771

【当会企画についての問い合わせ】

電話番号 090-2657-3724（千葉市助産師会・菅谷）

【事前申し込み方法】

下記のメールフォームのURL、またはQRコードを
読み取り、専用のメールフォームへアクセスしてください。

必要事項を入力して送信してください。

【事前申し込み先】申し込み締め切り11月22日（金）

【交通手段】

電車をご利用される場合

京成電鉄千原線「千葉寺駅」下車、6分

バスをご利用される場合

JR 千葉駅東口2番バス乗り場から千葉中央バス

「千葉リハビリセンター行」（県庁・星久喜台経由）

「誉田駅行」（県庁・星久喜台経由）

「鎌取駅行」（県庁・星久喜台経由）

「大宮団地行」（県庁・星久喜台経由）

に乗りし「ハーモニープラザ」で下車（1時間に6～8本）

JR 蘇我駅東口2番バス乗り場から大学病院行に乗りし、

「ハーモニープラザ」下車（1時間に2～3本）

* 駐車場は駐車スペースが狭いため公共交通機関をご利用下さい。

メールフォーム <https://ws.formzu.net/fgen/S35750331/>

