



助産師が教える

「温かい身体づくり」

妊娠を考えるすべての女性へ

2/25(水)

事前申込制

13:30~14:30



●温活● 冷えを克服する秘訣を紹介

冷えやストレスは、身体のすみずみまでエネルギーが行き届かない要因になり、めぐりの悪さを招きます。薬膳等を本格的に学んだ助産師が、食養生や寒い季節の過ごし方についてお伝えします。
妊娠中の方や、妊娠を考えている方、ご参加お待ちしております。



お子さま連れのご参加もOK！

講師紹介

石井 恭子（助産師）
国際中医師・国際薬膳師

加藤 愛純（助産師）
汐見台病院助産師

会場

屏風ヶ浦地域ケアプラザ
(屏風浦駅より徒歩5分)



お問い合わせ
お申し込み

045-761-3515

(地域連携室)