

ふれあいグループ

医療法人社団 康心会



康心会汐見台病院



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)

13:30~14:30

事前申込制



## ●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）