

ママのための骨盤ケア

7月5日（月）10：30～

出張助産院emiの田中恵美子先生をお招きして、産後の骨盤ケアや子育てで疲れた身体をほぐす体操などを教えていただきました。

「子どもたちが動き回っても気にせず話を聴いてくれるだけで大丈夫ですよ」とemiさんに言っていただいて、ママたちも子どもたちもリラックスして、ココロとカラダをほぐす和やかな会となりました。

これでまた子育て楽しみましょ♡ね (*^-^*)

