

ママの心と体を、取り戻す時間

子育てママの

無料

からだスッキリ 教室

11月12日(木)
10:00~11:30

場所 S & Dスポーツアリーナ羽村第3ホール 定員 12人(先着順)

対象 子育て中のママ(市民) 申込開始日 10月1日(木)~

※3歳未満のお子さんの同伴希望は、申込時にお知らせください。

おすすめ
ポイント!

健康運動指導士による、ママのカラダケアプログラム。
日々の疲れ・肩こり・腰痛を改善します。

小さなお子さん連れでも大丈夫。3歳未満のお子さん
はママと一緒に参加OK、スタッフが見守ります。

忙しいママのリフレッシュタイム♡ママの心身をリセット

【問合せ】 電話または下記の応募フォームから申込み!

羽村市福祉健康部健康課(保健センター内)

042-555-1111(内線624)

平日(祝日除く)午前8時30分~午後5時

24時間受付

