

いいお産の日in宝塚

癒しの身体づくり

アロマセラピー・骨盤ケア（整体）

これから妊娠したいな
いま、妊娠中
子育てがんばっている
健康に自分らしい身体づくり
ちょっとゆっくりと自分の心と身体を見つめませんか

日時

2005年 **10月1日(土)** 10～12時

場所

宝塚市立男女共同参画センター（阪急宝塚駅上りオ2の4階）

内容

■ 癒しの身体づくり

アロマセラピー（アロマ健康サロン香恋 西一美さん）

アロマセラピーについてのお話、リラックスのためのアロマグッズ作成

①10時～ ②11時～の2部制

骨盤ケア（整体）（ぶれままサロン佐伯 母整研認定講師 佐伯智美さん）

骨盤ケアのお話 個々に歪みのチェックやトコベル体験コーナー

①10時～ ②11時～の2部制

■ 助産師相談コーナー ■ 絵本読み聞かせコーナー（NPO 絵本で子育てセンター）

■ 写真展「親・子一育む」フォトグラファー 井上美香

■ サンスマイル 日よけ帽子の展示

費用

1家族 1,000円 * 託児無料 先着 10名

1週間前までに男女共同参画センターまで 0797-86-4006

由・問

ベビーケアサークル（担当：助産師南田）

e-mail babycare@jttk.zaq.ne.jp

電話：**0797-51-7111**（9～17時）

