

マタニティ講座

アロマの香りの中で気持ちいい時間を
過ごしてみませんか
マイナートラブル軽減に効果のある香りの
お話も聞けますよ



6月6日 (土) **アロマストレッチ&ワークショップ**
(アロマを使った虫よけスプレー作り)

講師：フィットネスインストラクター やぎゅう しほこ 柳生 紫訪子 氏

午後2時～3時30分

保育あり (1歳～3歳児、8人予約制)

参加条件 : 妊娠16週から32週の妊婦の方
参加にあたっては妊娠経過に異状なく順調で、主治医の許可が
得られ、ご自身の責任で受講していただくことが要件となります。

対象・定員 : 市内在住・在勤・在学の方 14人
参加費 : 500円 (材料代として)
保育費 : 50円 (衛生用品代として、利用者のみ)

開催場所 : 明治市民センター

申込み期間 : 5月11日 (月) 午前9時から先着順
下記二次元コードまたは明治市民センターの
生涯学習事業案内から電子申請でお申込みください。



明治市民センターの
生涯学習事業案内



問い合わせ：明治市民センター
0466-34-5660 (平日9時～17時)