

母と子の笑顔がたくさん溢れる場所

# hahakoサロンのご案内



みどり助産院の課外教室、母と子のサロンが、『hahakoサロン』として生まれ変わりました。  
産前産後のお母さん向けに『バレエストレッチ』と『ヨガ』、『ベビーリトミック』のお教室にてお待ちしています。お子様と一緒にご参加いただけますのでお気軽にご参加ください♪

今月は身体に優しい  
ランチ付き選べます♪

## 8月の予定

8/6 米粉肉まん  
蒸し鶏と中華サラダ  
スープ あんずゼリー

8月6日 (木) 10:00~11:30 ヨガ(対面クラス+お茶)

8/27 米粉パン2種  
キノコとトマト煮  
サラダ プリン

8月27日 (木) 10:00~11:30 バレエストレッチ(対面クラス+お茶)

☆参加費 : 1000円 or ランチ付き2000円

☆持ち物 : 飲み物、汗拭きタオル

☆定員 : 5組 (密を避けるため少人数で行います)

☆申込方法 : 公式LINE登録の上参加希望のメッセージ、またはメール

☆予約に際してのお願い☆

- ☆予約・キャンセルは前日の17時まで。必ずご連絡ください
- ☆予約の際はお名前、お子様のお名前と年齢をご記入ください
- ☆リトミックは首座り後からご参加可能
- ☆車での来場はご遠慮ください (近隣有料駐車場ご利用ください)
- ☆自転車はOK、駐輪場あります、ベビーカーOK



LINE hahakoサロン

友達追加で、メッセージから予約できます  
全クラス共通ショップカードやっています♪

Mail : hahako.salon2020@gmail.com