リフレッシュ講座

保育付き！
（有料）

春の新生活で疲れが溜まっていませんか？
気分が乗らない、なんとなくボーッとする…
これって五月病!?
体調を崩してしまう原因と解決策を聞きましょう。

春の不調について

5月20日(木)13:30～14:30

場　所：いっぽ2F研修室
定　員：8名
参加費：無料
保　育：5名（必要な方）
生後6ヶ月～ 先着順・保育料500円
申込み：5月1日（土）10:00～
いっぽHP、または右のQRコードよりお申込みください。

予約はこちらから

講師プロフィール
水谷　和貴 さん
横浜市緑区　はくさん和鍼灸整骨院院長（鍼灸師・柔道整復師）
平成30年4月に開業
妻、5歳の息子、4歳の娘の四人家族
休日はいつも子供といます。最近は体力のついてきた息子と、いつまで経っても抱っこを求める娘を相手にしているので私の体力が気になりますが、毎日幸せに過ごしています。同じ子育て中でもありますし、皆様よりも少しだけ先輩でもありますので、親としても治療家としても生活に役立つお話しが出来ればと思います。お気軽にご参加下さい。

主催・問い合わせ　緑区地域子育て支援拠点いっぽ
TEL:045-989-5850　FAX:045-989-5851