

あたたためて守ろう、わたしのカラダ。 ～今日からできるちょい漏れ予防～



夏場のクーラーで
体を冷やしすぎないように
できることから少しずつ！

座ってできる体操も
一緒にやってみましょう！



2025

日時

7 / 24(木) 10:00 ~ 12:00

定員

先着

25名

費用

無料

無料託児：あり（6カ月～就学前まで）
7月17日（木）締め切り

＼お問い合わせはこちら／

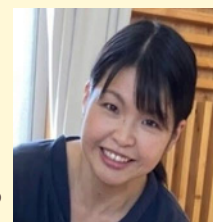
(087)833-2282

講師

助産師
ケアマネージャー

清水 加代さん

ゆるっと動いて、
心もカラダもスッキリ
軽く♪
ちょい漏れ予防、
今日から始めませんか？



会場

〒760-0068

高松市松島町1丁目15番1号
たかまつミライエ6F
男女共同参画センター

✂ 切り取り線

申込書

*ご記入いただいた個人情報は、この講座の申込に限り適正に使用します。

氏名		住所	
連絡先		託児	なまえ 年齢