

令和7年度 子育てママの運動教室日程表【全地域】

実施月	実施日
4月	17日(木)
5月	15日(木)
6月	19日(木)
7月	17日(木)
8月	21日(木)
9月	18日(木)
10月	16日(木)
11月	20日(木)
12月	18日(木)
1月	15日(木)
2月	19日(木)
3月	19日(木)

会場 墨俣保健センター

定員 15名(託児あり)

時間 午前9時30分～11時00分

申込先 毎月1日から電子申請にて申し込み受付

対象 産後4か月～1年未満の女性

受講料 無料

持ち物・服装 飲料水、運動のできる服装

令和7年度 ママのリフレッシュイベント

実施月	実施日	内容
5月	29日(木)	産前産後ケア あっぷる 主催
9月	30日(火)	

会場 大垣市保健センター

定員 20名(託児あり)

時間 午前9時30分～11時30分

申込先 電子申請にて申し込み受付(先着順)