

# ママ交流会

～産後ボディメイクと専門家相談～

ママの笑顔が  
地域の未来をはぐくむ

産後ケア  
×  
コミュニティ  
の新しい形

2/28 土

10:00 ~ 11:30

渋谷区本町

コミュニティセンター

参加費：500円

特別ゲスト：溝江明香さん

プログラム内容

ビーチバレー選手。  
日本代表として数々のタイトルを獲得し、  
2024年に一度引退。現在は、出産を経て母  
として競技復帰に挑戦中。「アスリートの育  
児と競技復帰挑戦のリアル」を語ります。

- ・溝江明香さん講話
- ・溝江明香さんとの交流会（Q&Aセッション含む）
- ・トレーナーによる産後ボディメイクセッション
- ・理学療法士、管理栄養士による産後に関するミニ講座
- ・専門家への相談セッション

テーマ：産後の心と身体の不調を専門家と一緒に整える

主催 株式会社WIS

渋谷区円山町5-5 NAVI渋谷V 3階



お申込みはこちら

