

令和7年6月から 始まります

ハッピーママクラス

～ママのための運動教室～



産後のママの体の不調、子育ての悩み解決をお手伝いする教室です！
詳しい内容は市ホームページをご覧ください

肩こり・腰痛改善の
コツを丁寧に
教えます！



子育ての情報や
心配なことは
助産師・保健師に
おまかせください！



対 象

飯塚市にお住まいの
産後6か月から3年未満の女性

日 程

6月26日（木）～8.3月12日（木）までの全15回
10：30～12：00

場 所

ゆめタウン飯塚2階ゆめホール（菰田西3丁目6-1）
飯塚市総合体育館（鯉田1560番地5）
※開催日によって異なります

参加定員

15名
（託児はありませんが一緒に参加いただけます）

申込方法

ハッピーママクラスLINEから申し込みください
申し込みはこちらから→

持ちもの

タオル 飲み物 お子さんのおでかけグッズ
動きやすい服装でお越しください

参加費用

無料



ハッピーママクラスLINE

問合せ先 飯塚市こども家庭課母子保健係
TEL0948-43-3305 FAX0948-21-9508

この事業は北九州スポーツクラブ連絡会に委託して実施します

開催日時等詳細は
飯塚市ホームページで
ご確認ください



「飯塚市ホームページ
ママ・パパの健康づくり」