

ママも子どももリフレッシュ！
子連れOK！ママヨガ

お子さまと一緒にヨガをしてみませんか？
手指の消毒、換気をして少人数で行います。

ヨガ後にお茶を飲みながら子育ての情報交換をしましょう。
ヨガインストラクターによるカウンセリングもありますので
体の事をご相談下さい。



日時 : 1月13日(水)
AM 10:00~ AM 11:00
場所 : 保育園 3階ホールにて
講師 : 国際中医美容師 高橋 可奈子氏
対象 : 0歳児から未就園児のお子さまと保護者の方
持ち物 : 親子で飲める飲み物、汗拭きタオル、バスタオル
服装 : 動きやすい服装
人数 : 先着 親子10組まで

徒歩か
自転車できてね。



- ※ 当日お子さまの好きなおもちゃを持ってきてくださいね。
尚、音の出ないおもちゃにしてください。(*^-^*)
- ※ 妊婦、妊娠の可能性のある方は、御遠慮ください。
- ※ 体調不良などでキャンセルされる方は、必ず連絡をして下さい。

申し込みは、12月24日(木)AM10:00から。
1回の申し込みで1組とさせていただきます。

(お申込みお問い合わせ) 幼保連携型認定こども園 歌敷山保育園
TEL 707-3369

※ 兵庫県の新型コロナウイルス感染拡大予防対策の要請状況により、予定が変更になる場合があります。