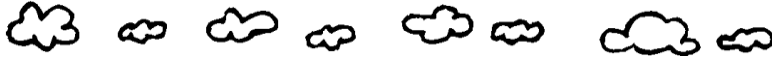




育児講座『親子ヨガ』

とみやまこども園 地域子育て支援センター
R2・9・1



毎日、育児や家事を頑張っているお母さん、なかなか自分の時間がなかったり、抱っこばかりで身体のあちこちが痛かったり、疲れが溜まっていませんか？そこで、今年も育児講座『親子ヨガ』を計画しました。親子で、心も体もリフレッシュして頂けるとと思いますよ。講師の先生は、全国的にも有名な、ヨガインストラクターの「AKE」先生です！どなたでも参加していただけます。※申し込みが必要になります。人気の講座ですのでお早めにお申込みください。

参加希望の方は、下記の申込書に記入して担当職員にお渡し下さい。また、メールでも受け付けます。受付は9月8日より開始します。定員(親子8組)になり次第、締め切ります。

日時：令和2年10月12日(月)

場所：とみやまこども園 支援センター室

時間：10:00~11:00

服装：動きやすい服装(ジャージなど)

持ってくる物：水分補給用の飲み物、
汗拭き用タオル



.....きりとり.....

育児講座 「親子ヨガ」 申込書

お子さんの名前(ふりがな)	年齢(月齢)	参加される保護者の名前
電話番号		