

親子でスキップヨガ

保護者の方のみの参加もできます！

令和8年10月16日(金) 10:30～11:30

ヨガ講師の 富井雅子先生 と一緒に、児童館でヨガを楽しみませんか？

親子での参加は、わらべ歌やマッサージと共に身体を動かす時間に。

ママだけの参加は、身体のメンテナンスの時間に。

児童館職員もいますので、お子さんの保育も可能です◎

同じ場所で保育をしますのでご安心くださいね。

この時間は、自分自身の身体と少し向き合ってみませんか？

場 所： 大枝児童館2階 遊戯室
対 象： 子育て中の保護者の皆様
定 員： 10名
参 加 費： 無料
持 ち 物： バスタオル、飲み物（あればヨガマット）
申込期間： 9/14(月)～10/9(金)



申込は下記申込用紙、またはお電話にて☺

TEL:075-332-5824

車での来館もOK！



親子でスキップヨガ 申込用紙

名前：

お子さんのお名前：

月 齢

連絡先：