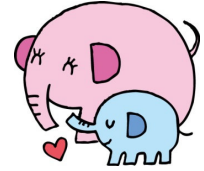


## 第4回横手市育児講座



# ベビーヨガ

## 親子でヨガを楽しもう!



第4回横手市育児講座では、親子一緒に楽しめるヨガを行います。親子で触れあいながら、心も身体もリフレッシュしましょう。みなさんのご参加をお待ちしています。

- ★日時 平成27年8月21日(金)  
午前10時15分から11時15分  
(※受付は10時から)
- ★場所 ますだ保育園 ゆうぎ室
- ★内容 親子のスキンシップを取り入れたヨガエクササイズ
- ★講師 ベビーヨガ・マタニティヨガ・産後ヨガインストラクター 三浦 恵美氏
- ★対象 未就園児(生後3か月~1歳半程度)とそのご家族(定員20組程度)
- ★参加費 無料
- ★持ち物 ヨガマット(なければバスタオル)、飲み物、汗ふきタオル
- ★服装 動きやすい服装
- ★託児 なし



### 《お申込受付期間》

**8月3日(月)~8月17日(月)まで**

### 《お申込&お問合せ》

**増田町子育て支援センター**

**(ますだ保育園内)**

**TEL 45-4637**

**担当: 千葉・山中**

