



親子なかよし講座

ピカピカ



日時



6月28日(水)



午前10時30分～11時10分

場所
対象

しらおか虹保育園



市内在住の首がすわっているお子さん～
1歳6か月の乳幼児と保護者
対面:6組、Zoom:4組

***この講座は未就園以外のかたでも応募可能です!!**

内容

親子ヨガ



親子でのヨガは、スキンシップをとることでコミュニケーションが図れるとともに、子どもの発育をサポートするのに効果的だといわれています。子どもはママとふれあうことで愛情を感じてやすらぎを得ることが出来るほか、寝つきをよくする効果も期待出来ます。ママにとっても、産後の運動不足やストレス解消にぴったりなので、ぜひご応募ください!

協力

ヨガインストラクター

もりした ^{あや} 森下 彩 氏

申し込み

6/13(火) 午前10時～16(金) 正午



電話、窓口または受付フォームにて受付。

応募多数の場合は、抽選となります。

受付フォーム



こちらのQRコードから、応募可能です!!

連絡先

支援センター虹では、ブログ・Instagramを開設しています。活動の様子や虹だよりの配信、応募講座などの情報の提供をしています♡



SHIROKA.NIJI.SHEN

しらおか虹保育園内

支援センター「虹」



3 1 - 7 7 5 0

QRコードを読み取り、ぜひご利用下さい!!