

# ママヨガ

身体と心を  
ほぐしましょう



【講師】宮下 節子 先生

申込締切り  
6月13日

お子さんと一緒にヨガに参加しても自由に遊んでいてもOKです  
ぴよぴよの保育士がお子さんのあそびの様子を見守ります

- 日時 6月17日（火） 10：30-11：30
- 場所 子育て支援センター なのはな ひよひよひろば
- 持ち物 運動できる服装・飲み物・ヨガマット（貸出しあり）

生坂村教育委員会 子ども・子育て支援係 ☎69-2087