

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
11月11日

お子さんはママとヨガに参加しても
自由に遊んでいてもOKです
ぴよぴよの保育士が
お子さんのあそびを見守ります



- 日時 11月18日（火） 10：30-11：30
- 場所 子育て支援センター なのはな ぴよぴよひろば
- 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