リフレッシュ・ヨガ

家事、育児に頑張っている皆さん、ヨガでストレスを解消し心身共にリフレッシュしてみませんか。

7月17日（金）午前10時30分～11時30分

場　所 … 子育て支援センター 「いろはぽけっと」

講　師 … 荒川　章代　さん （ヨガインストラクター）

対　象 … 子育て中の保護者 （町内在住者優先）　定員　10人

持ち物 … ヨガマット(ない方はお貸しします)、飲み物、汗拭きタオル

その他 … 参加無料、託児あり(未就園児先着5名）　動きやすい服装でご参加ください。

予約開始　令和 8 年 6 月 20 日(土)～　町内在住者

令和 8 年 7 月　1 日（月）～　町外の方 （空き枠があれば）

申し込みフォームはこちら→

お問い合せ・子育て支援センター「いろはぽけっと」電話　0265－71－1560