

ベビー・ヨガのご案内

「なかよし広場」

岡保こども園

ベビー・ヨガは赤ちゃんとお母さんが一緒に楽しむヨガです。

関節をほぐしたりストレッチしたりマッサージしたり、穏やかな動きとリズムカルな運動刺激が、赤ちゃんの心身の発育を促します。今だけの大切な時間を一緒に楽しみましょう。

講師：保健師 内山 絵里 先生

日時：11月15日（水）

10：00～11：00

場所：岡保こども園 支援室

対象年齢：生後4か月～1歳のお子様

持ち物：バスタオル 着替え 水筒

今回に限り、1歳までのお子さんに限定させていただきます。
ご了承下さい。



※参加希望の方は事前にお電話ください。 ☎ 54-5825 担当：青木、清水
人数に限りがありますので、いっぱいになり次第締め切らせていただきます。