

令和5年度

ホームスタート・みさと
「ヨガを楽しもう！」

～心も身体もリフレッシュ～

身体を動かす心地よさと楽しさを味わいませんか



- ◆開催日 11月13日（月）
- ◆時間 午前10：00～午前11：15（9：30～受付）
- ◆場所 会津美里町保健センター
- ◆定員 会津美里町在住親子10組
定員になり次第締め切り（申し込み順）
- ◆講師 積田みどり先生（会津美里町在住）
- ◆参加費 無料
- ◆持ち物 汗拭きタオル 飲み物（親子の飲み物をご持参ください）

託児あり・お母さんがヨガを楽しむ間、お子さんをお預かりします。

※ 事前申し込みが必要です。子育て支援センターに申し込み用紙を持参するか下記の電話番号にご連絡ください。

※ 申し込み期間は10月25日（水）～11月10日（金）お早めにお申し込みください。

【問い合わせ・申し込み先】

- ◆子育て支援センター TEL 0242-54-6648
すくすくハウス FAX 54-2245
- ◆ホームスタート・みさと 携帯 080-8219-3314

ヨガマットが無くても大丈夫です

ホームスタート・みさとの
ホームページはこちらから



きりとり

「ヨガを楽しもう！」に参加します

保護者氏名（ ）

お子さんの名前（ ・ 歳 ヶ月）（ ・ 歳 ヶ月）

連絡先（電話）