

親子でふれ愛♡

& からだをゆっくり動かす。  
「こころ」も「からだ」もリフレッシュ!!



# 親子でヨガ体操

**日時** 1月31日(木) 10時から

**会場** 島内福祉ひろば

**講師** 宮下節子さん(日本ベビーサイン協会認定講師)



☆対象☆

就園前のこどもと親

【参加費】無料

【持ち物】水筒(水分補給用)、バスタオル

【申込】

1月28日(月)までに、公民館  
もしくは福祉ひろばへ