



親子体験：ヨガ

◇日時：令和6年11月5日(火) 10:30～12:00

※10:20までにお集まりください。

◇場所：佐川町健康福祉センターかわせみ「なかよしひろば」



インストラクター：藤原 恵さん

◇インストラクター：藤原 恵さん(いのち育みサポート「はぐ・あす」代表)

◇持ち物：水分補給・タオル

◇服装：動きやすい服装

※お子さまは託児を行いますので、着替えやオムツ、



～前回の様子～

おしり拭き、飲み物をご持参下さい。

初めてヨガをする人大歓迎です。関節や筋肉を伸ばす心地よさを一緒に感じてみませんか。ヨガをする前と後の体の変化を楽しみましょう。ご参加お待ちしております。

申し込みは
こちらまで☆

9月30日(月)～申し込みを受け付けます。 **定員6組(先着順)**

☎0889-22-7705(佐川町健康福祉課) 8:30～17:15

☎080-2997-6959(佐川町子育て支援センター) 9:00～16:00



- ・佐川町健康福祉課子どもサポート係
- ・佐川町子育て支援センター「なかよしひろば」