

# 親子で遊ぼう!

お子さんと触れ合いながらヨガをしたり、  
一緒に体を動かして運動遊びをしませんか?

<日時> 1月20日(木) ヨガ 10:15~11:15  
2月17日(木) 運動遊び 10:15~11:15  
3月17日(木) ヨガ 10:15~11:15

<定員> 各回6組程度(定員になり次第受付終了します)  
※ひと家庭、保護者1名の参加をお願いします。  
但し、お子さんが2人以上の場合、保護者2名まで可

0歳から2歳ぐら  
いまでの子どもさ  
んの保護者が対象  
です。  
1回だけでも全回  
参加でもOKで  
す!

<場所> 名谷みどりこども園 さらだコーナー

<参加費> 無料 (予約制となります)

<持ち物> 飲み物・タオル (ヨガマットはこちらでご用意いたします)  
※お子さんの着替えやおむつなど必要な物をお持ちください。

<服装> 動きやすい服装でお越しください

<講師> 崎元 宏美 先生 (スマイルスペース)

健康運動指導士、チャレンジド・ヨガ、スポーツクラブ講師  
兵庫県子育て応援事業、DA MISS インストラクター  
児童館・体育館等での主張レッスン、カルチャー教室

お申込み 名谷みどりこども園

TEL 078-797-7077 (前川・北原)

名谷フォレスト保育園の 「親子で遊ぼう!」

<日時> 1月25日(火) 運動遊び 10:00~11:00  
2月22日(火) ヨガ 10:00~11:00  
3月22日(火) 運動遊び 10:00~11:00

<場所> 名谷フォレスト保育園 2F (予約制となります)  
※同じ先生が指導して下さいます。定員や、持ち物、服装等は  
名谷みどりこども園と同じです。

※開始時間が異なりますのでお気を付けください。

お申込み 名谷フォレスト保育園

TEL 078-793-7077 (松尾)

