

4/2 (木)
申し込み開始

令和8年度

親子で遊ぼう!

(親子ヨガ)

お子さんと触れ合いながら、ヨガをしませんか?

<予定表> 毎月第4火曜日(変則あり) 10:00~11:00

4月28日(火)	5月26日(火)	6月23日(火)
7月28日(火)	8月25日(火)	9月29日(火)
10月27日(火)	11月24日(火)	12月22日(火)
1月26日(火)	2月25日(木)	3月23日(火)

<定員> 各回8組程度(キャンセル待ちも対応しています)

<場所> 名谷フォレスト保育園 2階

<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

0歳から2歳くらいまでの
子どもさんと保護者1名が
対象です。
お父さんも大歓迎!

<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> 名谷フォレスト保育園

TEL 078-793-7077 (松尾)