



日時 **1月9日(金)**

午前10時～11時

場所 **しらおか虹保育園**

対象 市内在住の3か月～1歳0か月までの
乳幼児と保護者 6組



***この講座は未就園以外のかたでも応募可能です!!**

内容 **親子ピラティス**



ピラティスに興味があってもお子さんが…という方に是非参加して頂きたい講座が登場!! 普段は大人向けに行っている先生ですが、この講座の為にお子さんと一緒に行うことが出来る親子ピラティスを考えて下さいました! お子さんとのスキンシップを通してコミュニケーションを図りつつ、お子さんはママと触れ合うことで愛情を感じて安らぎを得ることが出来ます♡運動不足やストレス解消にぴったりなので、ぜひご応募ください!

協力

ピラティスインストラクター
おがわ 小川 ちひろ氏



申し込み

12/16(火) 午前10時～19(金) 正午
電話、窓口または受付フォームにて受付。



応募多数の場合は、抽選となります。

受付フォーム



こちらのQRコードから、応募可能です!!

連絡先

しらおか虹保育園内

支援センター虹では、ブログ・Instagramを開
設しています。活動の様子や虹だよりの配信、
応募講座などの情報の提供をしています♡

支援センター「虹」



0480-31-7750

支援センター虹のブログが
新しくなりました



QRコードを読み取り、ぜひご利用下さい!!

