

ママさん応援プロジェクト 第1弾

子育て中のお父さん、お母さん、お元気ですか。子育ては、楽しいこともあるけれど、苦勞に感じたり、落ち込んだりすることも多いと思います。私たちは、そんなみなさまを少しでも元気づけ、応援したいと考えています。
今年度第1弾企画です。

1. リラックスヨガ (参加費無料) ※託児を受け付けます

日時 平成29年 6月 13日 (火) 10:00~11:00

受付開始: 5月15日 (月) ~

場所 富士市福祉キャンパス地域交流室 (富士市大淵 2106-1)

講師 Pranavam Yoga Studio 土井理恵先生

お母さんの日頃のストレス解消とリラックス効果と

ダイエット(?)を兼ねて、ヨガをやってみませんか。

先着25組に限定させていただきます。

- ① 名前 ② 連絡先 ③ 住所 ④ 託児の有無 (必要な場合は子どもの名前) ⑤ 子どもの月齢
⑥ マットの有無 (必要・不必要)

2. ベビーマッサージ (参加費無料) ※兄弟のいる方は託児を受け付けます

日時 平成29年 7月 10日 (月) 10:00~11:00

受付開始: 6月12日 (月) ~

場所 大淵まちづくりセンター和室

講師 ヒーリングサロンMei 遠藤未来先生

親子でリラックス、楽しい時間を過ごしてみませんか

生後3ヶ月~1才3ヶ月位まで

先着10組に限定させていただきます。

(今後も同様に予定しています。)

- ① 名前 ② 子どもの名前・月齢 ③ 連絡先 ④ 住所 ⑤ 兄弟の有無 (託児の有無)



申し込みは 誠信会児童家庭支援センター パラソル になります。

参加を希望される方は、パラソルにメール、FAX、電話のいずれかの方法でお申し込みください。

電話: 0545-32-8125 FAX: 0545-32-8010

メール: parasoru@seishinkai.info

※各イベントともに、終わった後にティータイムの時間を設けます。