

社会福祉法人誠信会

誠信会児童家庭支援センターパラソル・岩倉学園 主催

ママさん応援プロジェクト

子育て中のみなさま、お元気ですか。日々お子さんと向き合い頑張っているお母さん、普段の生活の中でご自身の時間をとることってなかなか難しいですよね。そこで託児もある今回のヨガでリラックスしてみませんか？

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 9 月 12 日 (火) 10:00~11:00

申込受付開始: 8 月 18 日 (金) ~

場 所 富士市交流プラザ (富士市富士町 20-1)
会議室 3 (ヨガ) 会議室 5 (託児)

※駐車料金は 2 時間無料となります。

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
リラックス効果を体感し
楽しい時間を過ごしませんか。

先着 12 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)

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。