



《令和7年度 家庭教育強化事業》
子どもとの接し方講座



おやこヨガ教室

～～親子で楽しく、リフレッシュ♪～～

親子で、呼吸を合わせ、コミュニケーションをとりながら、
スキンシップ♪♪♪♪♪ヨガを楽しんでみませんか♪♪♪
お気軽にご参加ください♪

日 時：令和7年9月16日(火)

午前10:00～11:30

場 所：下大野市民センター ホール

☆申込開始：8月20日(水) 9:00～(電話受付可)

《対 象》 未就学のお子様とその保護者(祖父母可)

⇒首がすわっているお子様

《講 師》 ヨガインストラクター 十万 久美子 先生

《定 員》 10組 (先着順 定員になり次第締め切ります)

《参加費》 無料

《持ち物》 飲み物・汗ふきタオル

★動きやすい服装でお越しください。
(スカート・タイツ等は不可)



【主催・問合せ】

水戸市下大野市民センター

水戸市下大野町 6094-1

☎029-269-1288

【平日 午前9時～午後5時】

