

逗子市子育て支援センター ミニ講座

ベビトレヨガ

毎日家族のために頑張っているママへ

赤ちゃんと触れ合いながら、自分自身にもやさしく向き合える時間を…
ヨガを通して、親子でゆったりと心がほどける瞬間を感じてみませんか

日時：2026年 7月 2日(木)
10:00～11:00

場所：逗子市子育て支援センター

講師：有間 奈美加 さん

対象：首がすわっている0歳の赤ちゃんと保護者

要予約：8組まで

6月13日(土)より（電話・来所にて）

持ち物：飲み物 ・お子さまのいつものお出かけセット
・ヨガマットお持ちでない方はバスタオル

服装：動きやすい服装



<お問い合わせ>

逗子市子育て支援センター

電話 046-871-5001

