

令和3年度 横浜市六浦地域ケアプラザ
地域交流 子育て支援 自主事業

予約制

子連れYOGA



ゆったりとした音楽とともに、身体を動かして、赤ちゃんとスキンシップをとりながら、楽しくリフレッシュしましょう！
ママ友やお子様のお友達作りにもぜひ！

おうちでも
できるね！

令和3年 4/8 (木) 5/13 (木) 6/10 (木) 7/1 (木)

9/2 (木) 10/14 (木) 11/11 (木) 12/9 (木)

令和4年 1/13 (木) 2/3 (木) 3/3 (木)

Let's try!
1回のみ参加もOK!



- ♡ 知能の発達
- ♡ 免疫力アップ
- ♡ 情緒が安定

スポーツクラブ等で大人気の藤田麻里講師
(ウム・プラスベビーマッサージ講師)

時間： 10:00～10:40
場所： 六浦地域ケアプラザ 多目的ホール
参加費： 1回 500円 (当日払い)
対象： ママと未就園児のお子様 **定員：12組**
持ち物： 飲み物、汗ふきタオル、スリッパ、外履き入れ
申込み： 六浦地域ケアプラザ 窓口かお電話
保護者・お子様のお名前、お子様の月齢をご連絡下さい

新型コロナウイルス感染拡大防止についてのお願い

1. 事前検温 (熱がなくても咳・鼻水・倦怠感のある方はご欠席ください)
2. マスク着用 (レッスン中もマスク着用) 2歳以下は不要。
3. 手指アルコール消毒、こまめな手洗い
4. スリッパと外履き入れ持参 (スリッパの貸出は中止しています)

換気・ソーシャル
ディスタンス・消毒

新型コロナウイルス対策実施中

ご予約：六浦地域ケアプラザ TEL 045-786-8801