



親子ヨガ



心を落ち着かせ、親子でヨガを楽しみましょう！体が硬くても大丈夫！
公認心理士による子どもが健康に育つ子育てのコツのお話付き♪

日時 令和8年10月24日（土）

① 10:15～10:50 10名

② 11:00～11:35 10名

※開始時間 10 分頃にはひろばにお越しください。

対象 乳幼児親子

講師 WAPPY 石田友美先生

こどもヨガ研究家 ニコウタ yoga 主宰 公認心理士

申し込み 10月1日(木)10時～ 子育てひろば千石にて受付いたします。

（先着順に受付、定員になり次第受付終了となります。）

持ち物 ヨガマット1枚または、大きめのバスタオル1枚、ハンドタオル、飲み物

※動きやすい服装でてください

※申込用紙にご記入の上、ひろば受付にお持ちください。

※キャンセルの場合は、事前にご連絡ください。

※先着順に受け付け、定員になり次第受付終了となります。

※当日空きがあれば、先着順で申込受付します。

問い合わせ 子育てひろば千石（3941）3931

千石児童館（3947）9221

子育てひろばに繋がらない場合は、千石児童館におかけください。

受付印

NO.

受付日

月

日

※職員記入欄

切り取らずにご持参ください

令和8年10月24日(土) 親子ヨガ 申込用紙

○をつけてください

① 10:15～

② 11:00～

/10

ふりがな

児童名

男 ・ 女

年

月

日生

歳

ヶ月

保護者名

連絡先