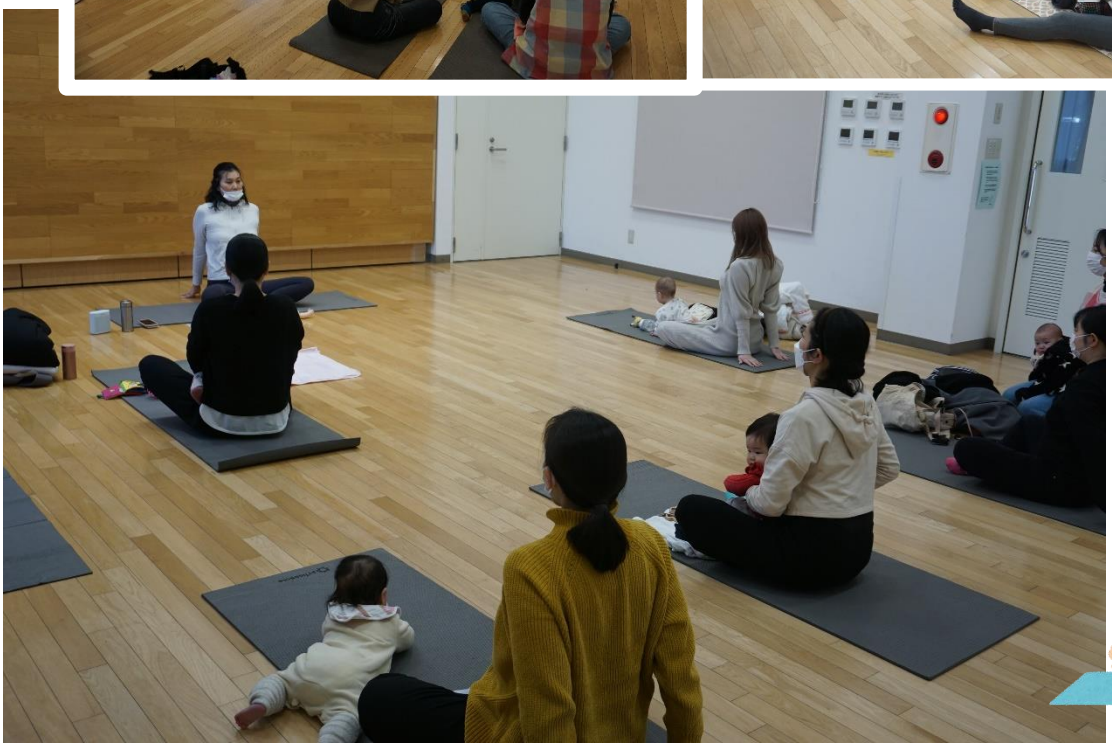
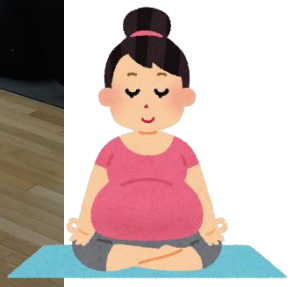
【崇善公民館自主事業】

マタニティ&ベビーヨガルーム
を実施しました

日　時：１２月２７日（火）１月３０日（月）１０時から１１時３０分
場　所：崇善公民館　ホール１.２
対　象：妊娠中の方、１０か月までの乳児とその保護者
講　師：錦町保育園あねら　伊達さん





毎日、子育てに励むお母さんたちとベビーヨガを体験しました。呼吸を意識しながら赤ちゃんと一緒にゆっくり体を動かして、心も体もリフレッシュできました。みなさまありがとうございました。