



ちくごファミリー・サポート・センター 「みんなでリフレッシュ」

～市内在住でファミサポに興味のある親子なら、会員じゃなくても参加OK！

提供会員さん・サポーターさんと一緒にリフレッシュ、笑顔でつながろう～

★ 日時 **10月6日（月）** 10:00～11:30

★ 講師 **田中もとこさん**（認定心理士・健康運動指導士・
絵本セラピスト）親子ビクス、エアロビクス、ヨガ、アロマテラピー、
リラクゼーション等を通して親子支援をされています。



★ 場所 **おひさまハウス**

🧴 持ち物

- ・飲み物（こまめな水分補給を♪）・タオル（汗ふき用）
- ・ヨガマット（お持ちの方）
- ・動きやすい服装でお越しください

👤 お子さまと一緒に参加OK！（**要申し込み** 9/1～先着**7組**）

🎟️ 参加無料！



★【申し込み・お問い合わせ】 電子申し込み→



ちくごファミリー・サポート・センター

0942-53-3123

