

三館合同事業（久世保育所・久世西児童館・久世児童館）

# ふれあいヨガ

2025. 2/4 水 10:30-12:00

講師：藤澤 紗代 先生

1部：10:30～11:10 ベビーヨガ

1歳前後まで 10組

2部：11:20～12:00 わんぱくヨガ

よちよち歩き～2歳ごろまで 10組

## ベビーヨガ

脳や身体の発達を促し、免疫力もUPふれあうことで安心感や信頼感を深め親子でココロも穏やか。便秘改善やよく眠るようになることも

## わんぱくヨガ

よちよち歩きを始めたら、こけにくい身体づくりのスタートがおすすめ。親子で手をつないでゆっくりと遊びながらたくさん動きましょう。

久世保育所

久世西児童館

久世児童館

☎ 075-931-0692

☎ 075-935-3355

☎ 075-931-4105

申込み期間：1月19日(月)10:00～

1月31日（土）17:00まで

申し込みの際、月齢をお伝えください。

31日以降は、久世児童館で受け付けます。