



育児で疲れているお母さんの心と身体を緩めながら、脳科学に基づき、赤ちゃんの成長に合わせて一緒に楽しめるベビトレヨガを体験しましょう。ママもお子さんも笑顔になれること間違いなしです。

**日 時** 10月14日（水） 10:00～11:30

**講 師** ベビトレヨガインストラクター  
山中 志穂 氏

**場 所** 町保健福祉センター1F（大会議室）

**対 象** あんよができるお子さんと保護者  
（壬生町在住・未就園児）

**定 員** 10組程度

**持ち物** 水分補給用飲み物、汗拭きタオル  
動きやすい服装でご参加ください。

**申込フォーム**  
9/7(月)9:00～

<https://logoform.jp/form/xJdf/1692151>



お問合せ  
子育て支援センターつばめ  
☎0282-86-0132