

【日時】10月24日(金) 10:30~11:15

【場所】養正児童館 育成室 ※自由参加·無料

【対象】乳幼児親子(保護者だけの参加もできます)

※ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。なくてもできます!

【内容】講師の先生が指導してくださいます。

心も体もリフレッシュできますよ!

プロとして、マタニティ・ご高齢者向け・小学生向けなど いろいろな3ガの教室で講師をされている安達眞澄先生

をお招きします。

お問い合わせは 養正児童館まで





## 京都市養正児童館

075-722-6424