

無料託児付き

リラックスヨガ 骨盤調整ヨガ (全3回)

こどもを託児ボランティアに預け、ヨガで気持ちよい汗を流しませんか。
疲れている心身をリフレッシュしましょう！

令和7年9/12(金)・9/26(金)・10/10(金)
10時～11時20分
富士宮市総合福祉会館 2階 安藤記念ホール

★対象者 未就学児を子育て中のママ（市内在住または在勤の方）

★定員 20人（先着順）

★講師 赤池 理子 さん

★参加費 1,200円

★託児 1歳以上の未就学のこども（無料・要予約・先着10人）

★持ち物 ヨガマット（バスタオルも可）、飲料水、タオル等



★申込方法 令和7年8月15日（金）～ 8月28日（木）に男女共同参画センターへ電話でお申し込みください。

①講座名 ②氏名（ママ・未就学のこども） ③年齢（未就学のこども）

④郵便番号・住所・電話番号 ⑤託児希望の有無

託児希望の方は、⑥こどもの氏名・年齢（〇歳〇か月）をお知らせください。

申し込み・問い合わせ

市民交流課 女性が輝くまちづくり推進室【富士宮市男女共同参画センター】
富士宮市宮原 7-1 富士宮市総合福祉会館 3階 ※日・月曜日、祝日、8/12を除く
電話 0544-22-0341 FAX 0544-22-0326