令和６年度

子育て広場

ベビーマッサージと ベビーヨガレッチ

赤ちゃんに優しいベビーマッサージとベビーヨガの講座が始まります。
オイルを使わないから安心、親子のコミュニケーションにも最適です。
マッサージの後はママ（パパ）が赤ちゃんを抱っこして一緒に体操します。
お友だち作りも兼ねてお出かけください♪ご参加お待ちしています！

日時 ： 毎月第1木曜日 10時30分～11時45分

4月4日	5月2日	6月6日	7月4日
8月1日	9月5日	１０月３日	１１月７日
１２月５日	2025 １月お休み	2025 2月6日	2025 3月6日

場　　所 ： 清水ケ丘地域ケアプラザ 多目的ホール

対　　象 ： 親子（0歳2ケ月～1歳位）

講　　師 ： チャイルドボディセラピスト

参 加 費 ： 200円（定員：8組）

申込方法 ： 電話または窓口へお申し込みください。

持 ち 物 ： 親子とも飲み物、バスタオル、だっこひも

▼▽ お申込は ▽▼

1ヶ月前から（前月の講座開催日からのお申込みとなります）

横浜市清水ケ丘地域ケアプラザ

045-253-0071（担当： 地域活動交流）