

子育て中ママの はじめてヨガ

家事子育てを離れて自分の時間を作りませんか？



日時 ①6月21日(火) ②28日(火)

両日とも10時～11時

場所 舞岡柏尾地域ケアプラザ 多目的ホール

費用 500円/回

募集 先着10名様

申込み 5/16(月)～6/17(金) 下記☎にて

持ち物 フェイスタオル 飲み物

講師 Miko Studio 五木^{ごき}田^た先生



お子様連れでも参加可能、ボランティアの方が見守りします♪

お問い合わせ・申込 045-827-0371

横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ 地域交流担当 宮下・佐藤