

家庭教育学級

参加者募集

お母さんたちが体を 動かせるストレッチヨガ

普段動かさない、体の部分にはたらきかけ
リンパの流れを良くし、凝っている部分をほぐします。

保護者同士の交流もできますよ♪

ちょっとした息抜きに 参加してみませんか？

- ✿ 日 程：令和8年3月18日（水） 10：00～11：30
- ✿ 会 場：生涯学習センターいわなび 3階 武道場
- ✿ 対 象：子育て中の保護者
- ✿ 定 員：10人（定員になり次第締切）
- ✿ 講 師：ヨガ・ダンス指導者 倉田 敦子 さん
- ✿ 運営協力：家庭教育なんでも相談「さあ来る」のみなさん
- ✿ 受講料：無料
- ✿ 持ち物：ヨガマットをお持ちの方は、ご持参ください。
汗ふきタオル、飲み物、下にひく用の大きめタオル、
必要に応じてお子様用品をご持参ください

✿ 備 考：この事業は南空知定住自立圏の対象事業として実施します
☺ 託児もあります。お子様とご一緒にどうぞ☺

* 動きやすい服装でお越しください *

～ 申込み：3月16日（月） まで～

申込み・問合せ先

岩見沢市教育委員会

生涯教育課 生涯学習推進係

0126-23-9236

土日祝日を除く（午前9時～午後5時）



参加すると...

2Pもらえます!!

※お持ちでなくても、その
場で作ることが出来ます。



お車でお越しの方へ～ いわなび地下駐車場及び提携駐車場をご利用下さい（4時間無料）

