

《第二弾》パパもママも学びたい！楽しみたい！

にしすな夜間塾～ヨガでリラックス

日頃の運動不足をヨガで解消しませんか♪
ヨガでいい汗を流した後、軽食を取りながら
おしゃべり。新たに西砂川に引っ越して来た方、
仲間を作る良いチャンス！ みんな、参加してね。

軽食付



講座後に、参加者、お子さんと軽食を食べます。

見守り保育付



☆ 当日の流れ ☆

ヨガは保護者のみで行う予定ですが、希望者はお子さんと一緒にヨガに参加できます。
参加されないお子さんは西砂児童館内で児童館スタッフが見守り保育をします。



【日時】 令和元年11月22日（金曜日）

午後6時30分～8時30分

【対象】 小学生以上の子どもを持つ保護者

【会場】 西砂児童館 2階遊戯室

【講師】 ムンスンレ 文淑礼さん（子育て支援グループ West Wave）

【費用】 大人100円/子ども（小学生以下）50円※軽食代

【持ち物】 バスタオル、飲み物

【定員】 15名（申込順）

【保育】 見守り保育あり（小学生以上）

【申込】 西砂学習館（☎042-531-0431）

10月15日（火曜日）午前8時30分より受付

会場は西砂児童館

申込は西砂学習館

イベント内容はウェブサイト「みんなの西砂川」でもご覧になれます！

**会場は
西砂児童館です**



※児童館への自動車での来館はご遠慮ください。

**申込み・問合せは西砂学習館まで
☎042-531-0431**