



リフレッシュ講座「ヨガ」

R6.6.27 No.1



今年度第1回目のリフレッシュ講座「ヨガ」を開催しました。5名の方が参加してくださいました。日頃から、子育てや家事を頑張っておられる保護者のみなさんに、子どもさんと離れて心身ともにリラックスしながら身体を動かして頂けたので、とても良かったです。子どもさん達は、職員と子育てボランティアで託児を行い、みんなで遊んでママの迎えを待っていました。

※次回は、11月13日（水）に第2回のリフレッシュ講座「ヨガ」を開催する予定です。

