



パパといっしょ



リラクゼーションヨガ

日時

2022年12月10日（土）9:30~11:00

会場

町田市認可保育園
ハッピードリーム鶴間（東京都町田市南町田 4-22-7）

※裏面にアクセス、問い合わせ方法の記載があります。

対象

未就学児までのお子様を持つお父様

参加人数によって会場が変更になる可能性があります

講師

いそべ 磯部 あやこ 絢子先生（ヨガインストラクター）

◆プロフィール◆ ハッピードリーム鶴間の開園当初より保育士を務め、その後ヨガインストラクターに転身。現在はヨガ雑誌の編集部に勤めながらヨガのレッスンも実践中。

内容

リラックスはパパにも必要です！
お家でも簡単に出来るリラクゼーションヨガでお子さんと一緒に心も身体もほぐしましょう！
その後、チャレンジ大会を予定しています。
子どもと遊ぶには自分も楽しまないと…！どんな遊びをするかは楽しみに！
パパ同士のおしゃべりタイムでも交流を深めましょう。

持ち物

親子でヨガを行うので、動きやすい服装でお越しください。
また、飲み物やタオルなど必要であればお持ちください。

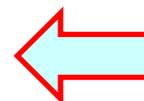
予約方法

参加費は**無料**！

11月4日より、ネットにて予約受付開始！
下のQRコードより予約をしてください。



予約はこちらから！



アクセス

東急田園都市線
【南町田駅】北口徒歩 10分



お問い合わせ

町田市認可保育園 ハッピードリーム鶴間

主催：社会福祉法人龍美 ハッピードリーム鶴間

住所

〒194-0005
東京都町田市南町田 4-22-7

TEL

042-796-3322

MAIL

tsuruma-info@ryobi.or.jp

お車での来園は散歩中の園児がいる場合がございますのでご注意ください。

感染症対策

* 感染症対策を実施して行います *

- 少人数での実施。
- 入室前の手洗い、手指消毒（室内にも消毒を用意しています）。
- 24時間UV除菌装置を導入。
- 定期的な換気。

感染症の状況により、中止になる場合があります。あらかじめ、ご了承下さい。
感染症対策をしっかりと行っています。安心してお越しください。
尚、中止になる場合は、こちらから連絡させていただきます。

