～エンジョイ！子育て～

心と体を整える ピラティスレッスン

☆申込み
11月1日(日)～
11月15日（日）
電話か来館で



マスコットキャラクター
「ふくちゃん」



日々の子育ての息抜きに、ママ友をつくりに
公民館にお出かけしてみませんか？
ピラティスで心と体を整えて
美しい姿勢を目指しましょう！

☆日　時／１１月１９日（木）10:00～11:30

場　所／福田公民館　２階　和室
対　象／乳幼児をお持ちの保護者
定　員／８人（申込順）
講　師／ポールスターピラティスインストラクター　野村　恵さん
参加費／無料
持参物／飲み物、タオル、ヨガマット（お持ちでない方は、厚手のバスタオルをお持ちになってください。）
※動きやすい服装でお越しください。
共　催／公民館活動グループ　育児サークル　どーなつくらぶ
その他／託児（首が座ったお子様が対象）があります。希望される方は、申込みの際にお知らせください。

（公財）広島市文化財団　福田公民館
〒732-0029　広島市東区福田４丁目４１５２－１
ＴＥＬ・ＦＡＸ　０８２－８９９－２９０１
Ｅ　メ　ー　ル　fukuda-k@cf.city.hiroshima.jp
ホームページ　http:// www.cf.city.hiroshima.jp/fukuda-k/

ホームページ　インスタグラム

※申込みの際にお寄せいただいた個人情報は、事業の目的以外には使用いたしません。