

馬木公民館だより ふれあい馬木

FUREAI
UMAKI

令和5年(2023年)

3月

No.513



寿大学 ストレッチヨガで身体を伸ばそう!



サタクラ ようこそマジックの世界へ 君もマジシャンだ!?



子育て講座

親子ヨガ + 良いこと探しのミニ講座

親子ヨガで体を動かし、気分転換をしませんか?ご参加お待ちしております。

❖日時 3月16日(木) 10:00~11:30

❖場所 3階 和室

❖内容 親子ヨガ

❖対象・定員 乳幼児(6か月~未就園)と保護者
10組(要申込・先着順)

❖講師 ヨガインストラクター 鉄増 千夏さん

❖参加費 無料

❖持参物 ヨガマット(お持ちの方)又はバスタオル、飲み物 ※動きやすい服装で

❖申込み 前日までに馬木公民館へ

馬木オープンスペース

♡乳幼児の親子対象

ママほっと



オープンスペースは、子育て真っ最中のお母さんの応援の場です。親子で遊んだり、同じ子を持つ親同士が情報交換したりしてみんなの力を借りて子育てを楽しみましょう!「絵本の読み聞かせ」は心の栄養がたっぷり!ぜひ遊びに来てください♡

❖日時 3月15日(水) 9:30~11:30

❖場所 3階 和室

❖内容 「親子写真と手形」

※色紙にはってプレゼントします♪

子育て応援隊によるコーナー

遊び、絵本の読み聞かせ など

❖申込み 不要(直接お越しください)

※密を避けるため人数を調整させていただく場合があります。



令和5年2月15日(水)開催 PHOTO