



♪ 子育てカフェ ♪

第17回 ~ママヨガ~

R8.2



2月26日(木)、旭保健センターにてヨガインストラクターの古谷田先生によるママヨガを実施しました♪いろいろなヨガのポーズを教わりながらゆったりと体をほぐし、日頃の疲れを癒してもらいました。子ども達は、ママの近くで過ごしたり、託児スタッフに抱っこされたり、一緒におもちゃで遊んだりと楽しく過ごしました♪

活動の様子

