



10/29 **マタニティ&産後ヨガ**

妊婦さん、産後ママの運動不足とストレス解消にいかがですか？
パパの参加も大歓迎です。

- 【日 時】 平成29年10月29日（日）10:00~11:00
- 【場 所】 新玉児童館 遊戯室
- 【内 容】 マタニティ&産後ママのヨガ体験レッスン
- 【講 師】 Studio body and mind akiyo 先生
- 【対 象】 妊婦さんまたは、産後1年未満のママとパパ&子ども
15組程度

※妊婦さん、ママと子どもだけでの申込OK！（応募者多数の場合は抽選）

- 【参加費】 無料
- 【持参物】 飲み物、バスタオル1枚(ヨガマットでも可)
- 【申込方法】 次のいずれかの方法でお申し込みください。



- ①下の申込用紙に記入し、官製はがき（宛名記入）を添えて提出する。
- ②往復はがきに下の内容を記入して児童館に郵送する。
- ③ホームページの申込フォームから申し込む。

【締 切】 10月15日（日）必着

- *駐車場には限りがあります。なるべく公共交通機関や自転車でお越しください。
- *当日9:00~11:00の間、遊戯室の通常利用はできません。
- *個人情報につきましては、当事業の目的以外には使用いたしません。
- *活動の様子を撮影し、ホームページやイベント報告等に使用する場合があります。

＜申込・お問合せ＞
松山市社会福祉事業団
松山市新玉児童館
〒790-0003
松山市三番町6丁目4-20
TEL:943-5801

平成29年度 新玉児童館 「マタニティ&産後ヨガ」申込用紙 月 日申込 受付（ ） ハガキ・ハガキ代

お子さんの
名 前 _____ 男 ・ 女 （ 月 ） _____ 電話番号 _____

住 所 (〒 -) _____

妊婦さん・ママの名前 _____ (妊娠 週) _____ パパの名前 _____