託児付きで安心♪
家族みんなのリフレッシュ太極拳

毎日がんばるパパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃんへ
11月の肌寒い季節「ゆめあるて」の広い体育館でのびのびと体を動かして
日頃の疲れをスッキリ解消しませんか？

特別ゲスト講師！

愛知県豊明市より先生をお招きし
本場のプロのレッスンを体験して
みませんか？

小さい子どもがいるから…とあきらめなくて大丈夫！

安心のキッズスペース(見守り託児あり)
体育館の中で安全な仕切りをつけ
「ハート&ハンド」のメンバーがお子様を
大切に見守ります。目の届く場所なので
安心して ご自身の時間を
満喫してください！



日時：11月21日(土)
10:00~12:00

場所：ゆめあるて



参加費：無　料

持ち物：動きやすい服装・飲み物
運動ぐつ

託児あり

主催：ボランティア団体

ハート&ハンド

たのしい育児のお手伝い!!