



学校法人 **大藤学園**

子育て支援特別企画



# Baby Yoga

～ママと赤ちゃんの優しい時間～

**参加料無料。10組限定。(予約制)**  
**お申込みはQRコードまたはお電話で!**

講師  
**奥 かおる**



ヨガスクール And Yoga 代表 / ティーチャートレーナー

親子でほぐれるベビーヨガ。  
初めての方も大歓迎。  
親子のぬ(もい)を感じながら、  
心と体をととのえませんか?  
赤ちゃんが泣いても大丈夫です!

- 対象:** 生後3か月(首すわり後)～あんよ前の赤ちゃん和妈妈～
- 申込方法:** 希望施設の申込フォームまたはお電話にて
- 服装:** 動きやすい服装(スカートは×)
- 持ち物:** ① 飲み物(蓋がしっかり閉まるもの。コップ型は×)  
② 汗拭きタオル  
③ バスタオル(赤ちゃんの下に敷く用)  
※ヨガマットはこちらで用意します。  
④ いつもの赤ちゃんセット(おむつなど)  
※おもちゃは音の鳴らないもので。

**注意事項** 《以下をお読みのうえご参加ください。》

- 👉 産後3か月经過し、医師から運動の許可がでていること。
- 👉 母子ともに健康状態が良好であること。
- 👉 リラクゼーション目的であることを理解し参加すること。
- 👉 参加中の負傷・事故などはインストラクター、医師、その他のものによる応急手当または、処置を行うことを承諾。方法及び結果に対し責任を問わないこと。

(当日、同意書への記入があります。)

申込QRコード	日程	開催施設	時間	駐車場	問い合わせ先
	9/1 (月)	北野しらかば幼稚園・保育園 清)北野5条2丁目 2-20 ※幼稚園 2階ホールで行います。	10:10 開始 (10:05 受付)	有 り	881-8686
	9/12 (金)	あいの里大藤幼稚園 北)あいの里3条3丁目 1-2 ※うたの森園舎で行います。	10:30 開始 (10:25 受付)	有 り	778-2911
	10/7 (火)	もみじ台幼稚園 厚)もみじ台北 5丁目 6-1	10:45 開始 (10:40 受付)	有 り	897-2709
	10/10 (金)	本郷幼稚園 白)本郷通 6丁目南 4-17 ※送迎をご希望の方はご相談ください。	10:30 開始 (10:25 受付)	無 し	861-6211