

参加
無料

笑顔になって、子育て時間をもっと楽しく！

親子参加
OK

申込時にその旨
伝えてください

ハッピー子育て ライフイベント

2024



2/15 (木) 13:00~15:00

リフレッシュ♡セルフケア講座

産後や子育て中の方向けのリラックスヨガやセルフリンパケアなどを体験できる講座です。初心者向けに簡単にご自宅でできるものばかりですので、安心してください。たっぷり自分の心身に向き合ってください。

2/29 (木) 10:00~12:00

リラクゼーション♡体験イベント

子育て中のママ・パパを応援しようと、本職のサロン経営者や専門のセラピストたちが手を取り合って、夢のコラボを特別に実現いたします！時間内にリラクゼーション体験ができますので、ぜひこれを機に日頃の疲れを癒してくださいね。



姿勢矯正

美骨矯正

マインドヘッドセラピー

アロマセラピー

2/15・2/29 10:00~12:00 こどもの居場所づくり「ひだまり」の皆さんによる
子どものあそび場 があります

- ・安心して取り組んでいただくため、参加は妊娠中・病気でない健康な方に限ります。何か配慮する点があれば、当日講師に必ずお伝えください。
- ・当日は締め付けの少ない格好で水分補給・フェイスタオルをお持ちください。
- ・お申込みは「お電話」で 西大寺公民館 TEL 086-942-6252 (平日・土曜9:30~21:00/日曜9:30~17:00まで/水曜・祝日は休み)
- ・受付は開始30分前からスタートいたします。



📍 西大寺公民館内 岡山県岡山市東区向州1-1

主催：西大寺公民館、リラクゼーションサロンNanea