

ねりまママパパてらす
NERIMA MAMA PAPA TERRACE

参加費 無料

秋のぶどう狩り遊び🍇

ベビトレヨガ

親子で楽しく体を動かしながら、
ママは冷え・巡りケアヨガで心も体もぽかぽか♪
赤ちゃんは秋のぶどう狩り遊び🍇
見て・触って・つかんで、
五感や指先をたっぷり使って遊びます。

【日 時】11/25(水)　10:30~11:15

【場 所】関町児童館
📍関町南4-15-7　※車での来館はご遠慮下さい。

【対 象】3ヶ月～3歳のお子様とママ(パパ)

【持ち物】水分、動きやすい服装、
ヨガマット（施設にもご用意があります）

【定 員】15組(約30名)
応募多数の場合は抽選となります

申込期間　10/25(日)~11/18(水)

講師紹介

インストラクター 碓氷久美
2児の母・指導歴20年



【Instagram】

ねりまママパパてらすは、子育て中のママやパパが講師となり、子ども・子育て家庭向けに実施する講座を区が支援する事業です。

お申込は2次元コードかねりま子育て応援アプリ「ねりはぐ」➡

【お問合せ】
練馬区教育委員会事務局 こども家庭部 こども施策企画課
📞03-5984-1306 ✉KODOMOSISAKU@city.nerima.tokyo.jp

ねりま
ママパパてらす事業
区HP