

令和7年度 岡山市立北公民館主催講座

子育てひろば Orange Room

公民館のたたみの広い部屋でのんびり過ごしませんか。

子どもさんが泣いたり、大きな声で騒いだり、走り回っても大丈夫です。

【日時】 **第3火曜日 10:00~12:00**

4/15・5/20・6/17・7/15・8/19・9/16・

10/21・11/18・12/16・1/20・2/17・3/17



【内容】おもちゃで遊んだり、おしゃべりしたりしながらゆっくり過ごします。

6/17・9/16・12/16・3/17は、「和みヨガ」です。

【対象】 就園・就学前の子どもと保護者

【参加費】 無料

【会場】 北公民館 1階 福祉室

※令和7年度からは**申込不要**になりました。

和みヨガとは

心と身体をほぐす癒しのヨガです。
自分の身体も大切にしましょう。
動きやすい服装でご参加ください。
必要な方はバスタオルをご持参ください。(座布団の上で行います)
お子様は和みヨガをしている部屋
で遊んだり自由に過ごします。

時間内は出入りも自由なので、お気軽にお越しください。

お問い合わせは・・・岡山市立北公民館
岡山市北区津島東一丁目3-14
TEL・FAX (086)254-4633