

# ブライト保育園 浦和美園

## 子育て支援だより



# ママ&ベビーヨガ

## 体験会のおしらせ

日程: 令和6年9月25日(水)

午前10:00~11:00

場所: 浦和美園駅カルチャーセンター3F

(貸し会議室:進んで右奥のお部屋)

今年度よりベビーヨガは保育園ではなく、美園駅の3階を使用します。

当日はエレベーター前に職員が立ち、お部屋までご案内いたします。

対象者: 0、1歳児

申込方法: 電話による事前申込

**※参加費は無料です**

※お申込みは月曜日の23日までとさせていただきます。

定員: **5組** ★先着順

### ○お子さまへの効果○

- ・ママとのスキンシップ
- ・免疫力アップ
- ・脳や心や運動機能を発達させる
- ・内臓機能を高める
- ・バーストラウマを癒す

### ○お母さまへの効果○

- ・産後の母体の健康に役立つ(骨盤矯正など)
- ・触れ合うことで微妙な変化に気付くことができ育児に自信がつく
- ・育児の疲れを癒す
- ・母親のバーストラウマを軽減する

この体験会はヨガインストラクターさんによる親子ヨガです。こころとからだを整えることで、もっと楽しい子育てに!!

ブライト保育園の  
Instagramです!



BRIGHT\_MISONO

### 【お問い合わせ先】

ブライト保育園 浦和美園  
TEL 048-812-0190

★室内の密を避けるため保護者は1名のみとさせていただきます。

★当日は検温をしていただき、体調の確認をしてからの参加をお願い致します。37.5℃以上ある場合はご利用いただくことができませんので、ご理解ください。

★キャンセルされる場合は当日の9時までにご連絡ください。

★状況により延期、中止にさせて頂く場合もございますので、ホームページ、Facebook等でご確認ください。

★活動時の怪我や事故などは、保育園の方では責任を持つことはできませんので、保護者の方の見守り、責任のもと十分に気をつけて参加していただきますようお願い致します。