

子育てママのオンライン交流会 ～ママとベビーのヨガレッスン～

家にこもりがちな今、参加者同士で交流しながら、ご自宅からヨガでリラックスしませんか？
オンライン講座への参加が初めての方も、是非お申込みください！

開催日

第1回 令和3年 6月23日（水）
第2回 10月20日（水）
第3回 令和4年 2月16日（水）
※いずれも午前10時～11時・各回8組

対象

向日市内在住の生後1か月～1歳3か月頃までの
の赤ちゃん和妈妈
(帝王切開の方は産後3か月～)

参加費

無料（通信料は参加者負担）

講師

ママとベビーのヨガ・育脳キッズヨガ
インストラクター

SAMPOMICHI 中澤 史子 さん



<申込方法>

事前に下記の注意事項をお読みいただき、ご了承の上、Eメールにてお申込みください。

メール件名に「子育てママのオンライン交流会 参加申込」及び 本文に「氏名・電話番号」をご記入の上、
メールを下記申込先まで送信ください。後日、主催者から参加についてのメールを返信いたします。

④ 申込先： ●申込期間 参加希望回に応じた下記の申込期間中に上記方法にてお申込みください。
向日市社会福祉協議会 第1回 令和3年6月1日（火）～6月16日（水）
chiiki@muko-shakyo.or.jp 第2回 令和3年10月1日（金）～10月13日（水）
第3回 令和4年2月1日（火）～2月14日（月）

※全回同じ内容で実施します。先着順で申込受付します。第2回目以降は初めて参加される方を優先に受付します。

<注意事項>

- 参加者が各自で使用機器（PC、スマホ等）及びネット環境をご用意いただき、事前に使用機器へ ZOOM アプリのダウンロードをお願いいたします。交流会前日までに、参加者へ主催者から ZOOMID とパスワードを Eメールにて送信します。
※送付された ZOOMID とパスワードを第三者へ譲渡、転送することをご遠慮ください。
※ZOOM の接続に不安がある方は、下記問い合わせ先までご相談ください。
- 動きやすい服装で参加ください。また、水分、ヨガマット（なければ厚めのバスタオル）をご準備ください。
- オンライン交流会上の録音、録画はご遠慮ください。参加中は、他の参加者に不快感を与える差別的、暴力的、反社会的な表現及び投稿はご遠慮ください。
- オンライン交流会中の事故、ケガ等については、一切責任を負いません。参加者各自の責任において、ご参加ください。

<お問い合わせ>

☎ 〒617-0002 向日市寺戸町西野辺1-7 向日市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL075-932-1961

主催：社会福祉法人 向日市社会福祉協議会