



こころとからだを 整える時間

- ★パパと子どもは絆を深めて運動遊び
- ★ママはこころを整える呼吸法と椅子ヨガで
リラックス
- ★みんなでふれあいタイム

参加費1,000円
(1家族)

定員 10家族
(先着順)

2025年

9月28日(日) 10時～12時

(受付開始 9時45分)

会場

富士北まちづくりセンター

3階 多目的室 ほか

(富士市米之宮町288)

★8/15(金)申込開始



後藤 太一

いいずみファミリー
クリニック子育てパーク

理学療法士



坂井田敬子

おひさまyoga教室

ヨーガ療法士



HappyはぐHeart

サト(保育士) カコ(栄養士)

お申し込みフォーム→

8月15日より

対象：歩ける1才～小学生と
保護者

持ち物：動きやすい服装、
タオル、水分

託児：無料(0才～1才)要申込



★お問い合わせ HappyはぐHeart (happyhugheart@gmail.com)

市民活躍・男女共同参画課 0545-55-2724(月～金)



HappyはぐHeart

男女共同参画課

主催 HappyはぐHeart / きらり交流会議 / 富士市市民活躍・男女共同参画課