

シングルさんのおしゃべりサロン

ルーシーダットン（タイ式ヨガ）でリラックス！

お子さんをひろばで遊ばせながらルーシーダットンで呼吸を整えてリラックスしませんか？

同じ立場の人同士気軽におしゃべりしたり、情報交換したり子どもを遊ばせながらも、ひとりでの参加もOK。
お帰りの際は食品提供もあります。

お茶を飲みながらほっとひと息タイムもあります。



日時：2024年5月25日（土） 16時～17時半

（16時半～20分程度・ルーシーダットン予定）

対象：小学生までのお子さんがあるシングルのご家庭

場所：とっとの芽ひろば（東戸塚）

申込：2024年4月27日（土）9時半～ 先着6組
お申込みはこちらから→



講師：赤峰めぐみ氏（ルーシーダットン連盟認定インストラクター）

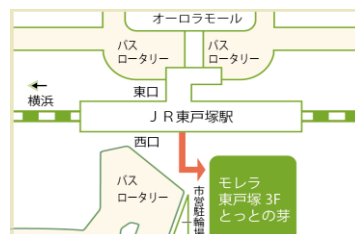
主催：戸塚区地域子育て支援拠点とっとの芽

TEL：045-820-2885 子育てパートナー 妻木

共催：NPO法人フードバンク浜っ子南

〒244-0805

戸塚区川上町91-1 モレラ東戸塚3階
東戸塚駅西口より徒歩1分



シングルさんのおしゃべりサロン

ルーシーダットン（タイ式ヨガ）でリラックス！

お子さんをひろばで遊ばせながらルーシーダットンで呼吸を整えてリラックスしませんか？

同じ立場の人同士気軽におしゃべりしたり、情報交換したり子どもを遊ばせながらも、ひとりでの参加もOK。
お帰りの際は食品提供もあります。

お茶を飲みながらほっとひと息タイムもあります。



日時：2024年5月25日（土） 16時～17時半

（16時半～20分程度・ルーシーダットン予定）

対象：小学生までのお子さんがあるシングルのご家庭

場所：とっとの芽ひろば（東戸塚）

申込：2024年4月27日（土）9時半～ 先着6組
お申込みはこちらから→



講師：赤峰めぐみ氏（ルーシーダットン連盟認定インストラクター）

主催：戸塚区地域子育て支援拠点とっとの芽

TEL：045-820-2885 子育てパートナー 妻木

共催：NPO法人フードバンク浜っ子南

〒244-0805

戸塚区川上町91-1 モレラ東戸塚3階
東戸塚駅西口より徒歩1分

