



お持ち帰りの  
お弁当つき

地域からママへ やさしい時間のプレゼント

# ママのホッとひといき ヨガサロン



## 2026. 6.30 (火)



八千代町社会福祉協議会  
「ヤッピー」

この「ママのホッとひといきヨガサロン」は、赤い羽根共同募金の「地域で子育てを支え合う」という思いを形にした取り組みです。忙しさの中で、誰にも頼れず頑張りを続けているママ「疲れた」と言うことすら後回しになっているママそんなママたちが、地域の中で安心して、つながるきっかけの場となることを目指しています。

**時間** 10時～11時30分

**対象者** 八千代町にお住まいの方  
満1才以上のお子さんとそのママ

**募集人数** 10組(先着順)

**持ちもの** ヨガができる服装  
水分・汗拭きタオル・バスタオル  
その他、お子さんのお世話に必要なもの

**内容** ヨガ講師によるヨガ  
お子さんは子育てサポーターさんが  
預かり見守りします  
【うれしいお弁当付き】

**申込み切** 6/5 (金)

**申込方法** 右側の応募フォームから  
お申込みください

**参加費** 無料です  
よろしければ、赤い羽根共同募金へのご協力をお願いいたします

**会場**

八千代町保健センター  
八千代町大字菅谷1033

