

令和8年度 岡山市立北公民館主催講座

令和8年度から

月曜日に変わります

# 子育てひろば Orange Room

公民館のたたみの広い部屋でのんびり過ごしませんか。

子どもさんが泣いたり、大きな声で騒いだり、走り回っても大丈夫です。

【日時】 **第3月曜日 10:00～12:00**

(6月・7月・9月・11月はお休みです)



【内容】おもちゃで遊んだり、おしゃべりしたりしながらゆっくり過ごします。

5/18・10/19・1/18は、「和みヨガ」です。

【対象】就園・就学前の子どもと保護者

【参加費】無料

【会場】北公民館 1階 福祉室

※和みヨガの時にはお申し込みください。

和みヨガとは

心と身体をほぐす癒しのヨガです。  
動きやすい服装でご参加ください。  
必要な方はバスタオルをご持参ください。(座布団の上で行います)  
お子様は和みヨガをしている部屋  
で遊んだり自由に過ごします。

通常は**申込不要**です。時間内は出入りも自由なので、お気軽にお越しください。

お問い合わせは・・・岡山市立北公民館  
岡山市北区津島東一丁目3-14  
TEL・FAX (086)254-4633

