

おやこdeくつろぎ 森ガール Vol.1

厚真町の自然を
親子で楽しむ
全4回♪

5.25 (金) 親子de森ヨガ& 焚き火deおやつ

まいにち忙しい
子育て中のおかあさん達へ



厚真町の豊かな自然を楽しみ親子でゆるゆる
過ごす時間を用意しました

こもれびのゆらぎ、風のさわさわ流れる音、
森のにおい。

焚き火のぬくもり、背中に当たるお日様の
心地よさ。

子どもと一緒に森へ遊びに来ませんか？
お母さんだけの参加もOKです

場所 環境保全林（フォーラムビレッジ奥）

日にち 5月25日（金） ※雨天時は厚南児童会館

時間 9時30分～12時

定員 親子15組

活動の流れ 9:30～はじまりの会
親子de森ヨガ
焚き火でおやつ作り又は森散歩
11:15～森の中でティータイム
12:00～終わり

親子ヨガ指導 Shijima Yoga Studio & Shijima café
北條 佳苗さん

服装と持ち物 汚れてOKな動きやすい服。虫除け
対策に長袖長ズボン・帽子・首に巻くタオルをお勧めし
ます。ヨガマット又はバスタオル、飲み物、お子様に必
要なものをご持参ください

お問い合わせ・お申し込みは 厚真町教育委員会：27-2495

または支援センターへ直接お申し込みください（5/18まで）

<主催> 厚真町教育委員会・子育て支援センター <活動提供> 自然体験活動指導者ネットワークえんりっと