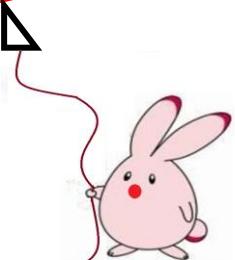


# 親子で参加♪

## KID'S ロディヨガ®教室

上田市社会福祉協議会では、下記の日程で「KID'S ロディヨガ®教室」を開催いたします。

ロディヨガ®を通して、楽しく親子の絆を深めてみませんか。



### 【ロディヨガ®とは…】

イタリア生まれの乗用玩具「ロディ」を使ったヨガです。運動神経やバランス感覚、子ども同士や親子のコミュニケーションにも効果的です！

記



日 時：①令和8年1月25日(日) 午前10時から午前11時30分まで  
②令和8年2月21日(土) 午前10時から午前11時30分まで

場 所：上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室  
(上田市中央三丁目5番1号)

参 加 費：無料

募集人数：各7組14人

① 3歳以上の未就学児と保護者(1月25日)

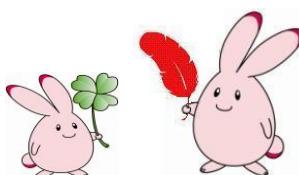
② 小学生と保護者(2月21日)

※定員になり次第締め切ります。



講 師：ロディヨガ®インストラクター 内田 久美子氏

◎この事業は、赤い羽根共同募金の助成金を受け実施しています。



【申込・お問合わせ】  
社会福祉法人  
上田市社会福祉協議会  
地域福祉推進課 地域福祉係  
電 話：27-2025  
担 当：加藤