

～ストレスに強い子どもを育てるために～



夏休み特別企画

キッズ★ヨーガ

◆◆ 心のエネルギー充填、集中力UP ◆◆



Let's try !

正しいストレスの対処法として、
子ども自身が自発的に能力を引き出す
キッズ・ヨーガを体験してみよう！



毎日座ることを習慣にするだけで、集中力が高まり、ストレスが回復し、
レジリエンス（逆境力）のUPが期待できます。人生早期にヨーガで脳を鍛えましょう！



旧広島市民
球場跡地

そごう

★ おりづる
タワー

日	時	8月22日(木) 13:00 ~ 14:30	
会	場	おりづるタワー 10階 	
対	象	低学年児童 ~ 親子参加OK! (※ 年長さんは、親子参加をお願いします)	
参	加	費	1人 1,000円
持	参	物	大判バスタオル または ヨーガマット
お問い合わせ・お申込			
TEL 090-9464-0560 (相原)			



特定非営利活動法人日本タッチ・コミュニケーション協会
 〒730-0051 広島市中区大手町一丁目5番3号 広島県民文化センター6階1号室
 TEL 090-1331-6869 FAX 082-245-2315(県民文化センター)
 Email : npojatc@msn.com [タッチ・コミュニケーション](#)

※総合受付※

