



子育てセミナー  
**「バランスボール エクササイズ」**  
 11月20日(火) 10:30~11:30  
 参加人数 親19人 託児人数 24人

講師  
**古川佑佳 さん**  
 バランスボールは体幹を鍛えるのにも有効です。  
 息子はゲームをする時も乗っていますよ



束の間のリフレッシュ。  
 お母さん達の笑顔が印象的でした♪



託児のボランティアさん。ありがとう！  
 号泣していた子どもたちも、抱っこしたり遊んでいるうちに少しずつ落ち着いていきました。



脳トレに挑戦！「キャッチ！」と先生が言ったら右手は握って、左人差し指は隣りの人に握られないようにするよ！  
 これがなかなか難しい。