

2023年11月13日

11月11日 あびこでパパを楽しもう!「はじめての親子ヨガ」

アビスタホールで、「はじめての親子ヨガ」を行いました。



きれいな色のオーガンジーを使って、
赤ちゃんたちも興味津々です。



「だるまさんが」の絵本に合わせて身体を動かします
「ぷしゅ——っ」「びろ——ん」



お顔を見ながら「にこっ☺」



パパと遊ぶの楽しいな！



最後はアイマスクをしてリラックス。自然と赤ちゃんたちも落ち着きます。
パパ、ママお疲れさまでした。