



子どもたちやご高齢の方に
寄り添い、日々支えてくださっている



保育士・看護師・ 介護職 (ケアワーカー)

の皆さまへ。

11月23日

月・祝

8:30~9:30

勤労感謝の日

無料オンライン

美筋ヨガ[®] レッスン

誰かのために頑張る毎日だからこそ、
この1時間は「**自分のため**」に。

身体と心をゆるめる時間を、一緒に過ごしませんか？



ご参加はこちらから▶

