

“家庭に持って帰れる”をテーマに、家族週間を記念した子育て応援イベント
「まるっとFAMILY FESTA～やっぱり、家族っていいね～」
 11月23日（土）、太陽の子 代々木西参道保育園にて開催！

家族の心が繋がる特別ヨガ体験を実施！パパママお役立ちのコンテンツが盛り沢山

<公式サイト> <https://jp.surveymonkey.com/r/FP5QD9X>



やっぱり、家族っていいね。

家族の日
家族の週間

家族の日は、11月第3日曜日 家族の週間は、家族の日 前後各1週間

全国に420店舗以上のホットヨガスタジオLAVAを展開する株式会社LAVA International（本社：東京都港区／代表取締役：鷺見貴彦）は、“家庭に持って帰れる”をテーマに、家族の週間を記念した子育て応援イベント「まるっとFAMILY FESTA～やっぱり、家族っていいね～」を11月23日（土）に太陽の子 代々木西参道保育園 イベントスペースにて開催いたします。

本イベントは、家族のコミュニケーション時間を創出する目的のもと、株式会社LAVA Internationalを始め、HITOWAキッズライフ株式会社、株式会社ベビーカレンダーの3社共催で実施いたします。パパが育児参加をしやすくなるコンテンツを提供することで、現代の社会問題であるワンオペ育児によるママの負担を少しでも軽減したいという思いから開催に至りました。

当日は、プログラムの一つとして、パパ・ママ・お子様全員一緒にご体験いただける“家族ヨガ”を実施いたします。LAVAに在籍するママインストラクターの指導のもと、家族の仲を深めるポーズやお子様と一緒に楽しめる手遊び歌など、家族の心が繋がる特別なヨガ体験を提供いたします。

また、管理栄養士による時短レシピ・料理術講座や、パパと子供がもっと楽しく遊べる方法を現役保育士からレクチャーいただく時間をご用意しております。

楽しいだけでなく、今後に繋がる子育ての知恵をご自宅に持ち帰られるよう、子育てのプロたちがとっておきの秘密を皆様に伝授いたします。

「家族の週間」をきっかけに、子供を育てていく大切さについて改めて家族で考えてみませんか？

イベント概要

- 名称：「まるっとFAMILY FESTA～やっぱり、家族っていいね～」
- 日時：2019年11月23日（土）10:30～12:00
- 会場：太陽の子 代々木西参道保育園 イベントスペース（東京都渋谷区代々木4-27-6）
- アクセス：京王新線「初台駅」より徒歩8分
- 参加定員：親子20組
※申込人数が20組を超えた場合は抽選制となります。抽選結果はご当選された方のみ、ベビーカレンダーより11月15日（金）までにメールにてご連絡させていただきます。
- 参加資格：パパ・ママ・0歳～3歳のお子様の3人で参加可能な方
※ご兄弟姉妹がいっしょの場合にはそちらのお子様も一緒に参加いただけますが、0歳～3歳のお子様を対象の内容になります。
- 参加料金：無料
- 申込方法：公式サイトアンケートに回答し応募
※申込締め切りは、11月14日（木）18時までとなります。
- お客様お問い合わせ先：yogamaru@yoga-lava.com（ハピママヨガ運営事務局）
0570-00-4515（LAVAコールセンター）
- 公式サイトURL：<https://jp.surveymonkey.com/r/FP5QD9X>

当日プログラムについて

<みんなつながる家族ヨガ> 10:30～11:00（対象：パパ・ママ・お子様）

運動不足なパパ・ママにもピッタリ！
家族の仲を深めるポーズや、お子様と一緒に楽しめる手遊び歌など、
ヨガのポーズを取り入れながら家族みんなで遊んじゃおう！
LAVAのママインストラクターがお家にも持ち帰れるヨガをご提供します♪



<子育てママへの時短レシピ講座> 11:10～11:30（対象：ママ）

ベビーカレンダーの管理栄養士から、成長真っ盛りの幼児期の食事の時短テクニック、またお子さんの栄養に関するお役立ち情報をお届けします。
ママは家族と自分のために時短料理術を管理栄養士の先生からお勉強！



<パパとの絵本エンターテイメント> 11:10～11:30（対象：パパ・お子様）

座って読むだけが絵本じゃない！音楽あり！体の動きあり！
パパならではのダイナミックな絵本の時間を提供します。
自宅でも楽しめる技をパパ園長と絵本のプロ（現役保育士）が伝授します。



<心つながる家族ヨガ> 11:40～12:00（対象：パパ・ママ・お子様）

最後は家族みんなで日頃の感謝の気持ちを伝え合い、感じる時間に♪
もし誰かひとりでも欠けていたら、
今日の前にいる家族には出会えませんでした。
そんな当たり前なことだけど、家族の存在をより愛おしく
感じられる時間をヨガで提供いたします。



**<みんなつながる家族ヨガ>
樋渡香保（ひわた리카ほ）**

元フリーアナウンサー。2009年からヨガインストラクターとして活動。LAVAにて店長、KKM（ママIRチーム）リーダーを経て、現在はトレーナーとしてIRの育成を担当。「1人でも多くのママと赤ちゃんを笑顔に」の想いでLAVAマタニティ、ママヨガの普及、開発、育成に携わる。プライベートでは4歳男の子の母。



**<子育てママへの時短レシピ講座>
矢部まりこ（やべまりこ）**

妊娠前～妊娠中から、授乳食、離乳食、幼児食までを専門とした管理栄養士。総合病院での栄養科長業務を経て、産婦人科で月200件近くの妊産婦の栄養指導や離乳食教室での栄養相談を行う。現在は複数の保育園で児童の栄養・給食管理を行うほか不妊治療の専門医院にて、分子整合栄養医学を用いた、食事療法を指導している。



主催企業のご紹介

■株式会社LAVA International

今年オープン15周年を迎えた、フィットネスクラブ総合満足度No.1※の、全国に420店舗以上を展開するホットヨガスタジオ。柔軟性が格段に上がる暖かい環境で、たっぷり発汗してカラダも心もクリアな状態へ導きます。めぐりの良さを根づかせることで、ダイエットや体質改善、ストレス解消などさまざまな効果を同時に実感できることも、ホットヨガの魅力です。LAVAは「ヨガを通してひとりでも多くの人を幸せに」という想いをこめて、質の高いレッスン・心を込めたサービスを提供します。



「ヨガを通してひとりでも多くの人を幸せに」
株式会社LAVA International公式サイト：<https://lava-intl.co.jp/>
ホットヨガスタジオLAVA公式サイト：<https://yoga-lava.com/>

※2018年7月株式会社アイディエーション調べ

■株式会社ベビーカレンダー

『ベビーカレンダー』は、月間320万人以上が利用している、医師・専門家監修の妊娠・出産・育児の情報サイトです。妊娠してから赤ちゃんが1歳になるまでの間、赤ちゃんの成長に合わせて、毎日必要な情報をお届けします。第12回キッズデザイン賞「少子化対策担当大臣賞」を受賞。



■HITOWAキッズライフ株式会社

HITOWAキッズライフは、生活総合支援サービスを展開するHITOWAグループの子育て支援サービス会社です。認可保育園「太陽の子保育園」や「わらべうた保育園」をはじめ、病児保育室・学童クラブなど全国100施設を超える子育て支援施設を運営しています。ITを取り入れるなど保育の質向上に積極的に取り組み、安心安全な子育て支援の環境とサービスを提供しています。

