

おおしまママカレッジ秋「ピラティス」



『おおしまママカレッジ秋』今回は春に続き大島幼稚園卒園児保護者の四分一紘美さんを講師にお迎えし、幼稚園ホールにて「ピラティス」を行いました。呼吸を整え、身体を伸ばし、短い時間でしたがリフレッシュできたのではないのでしょうか。たくさんの方に参加していただきありがとうございました。次回のママカレッジは10月22日（火）「アロマスプレー作り」です。