

# ゆるふわ 親子体操

お子様のリズム遊びや手遊び！  
一緒に遊びながら産後の体の改善や育児に必要な  
体力がつく体操をしていきます。  
みんなで楽しく体操しませんか？

★開催日時★

12月26日(月)  
10時30分～11時30分

★予約日時★

12月5日(月)10時～  
12月25日(日)17時まで

対象：3か月以上未就園児親子

場所：十日市場地域ケアプラザ 多目的ホール

講師：杉田 茂子さん

持ち物：タオル、飲み物 服装：動きやすい服

費用：300円（保険代等）

定員：7組 先着順

申込み方法：お電話か2次元コードからのお申込み（先着順）

電話：045-985-6321

お申込み  
2次元コード



※新型コロナウイルス感染状況により、変更する場合がありますのでご了承ください。  
また感染拡大防止の取り組みを行いながらの活動となります。