

0歳児から参加OK！  
参加費無料です！！



# おやこふれあい 運動あそび教室



リズム遊びや、ふれあい遊び、手つなぎ遊びなど、みんなで  
楽しく体を動かしましょう。運動不足のお父さんお母さんも大歓迎  
です♡お気軽にご参加ください！

終了後は11:30まで会場を開放しています。育児の情報交  
換をしながら楽しい時間をお過ごしください。

日 時 **9月8日(月) 10:00～11:00**

会 場：笠原市民センター ホール

講 師： 幼児体育講師 木村 明日香 先生

対 象： 水戸市在住の未就学児とその保護者

定 員： 10組（先着順 定員になり次第締め切ります）

参加費： 無 料

持ち物： 飲み物・動きやすい服装（親子共に裸足で活動します。スカート不可）

申込方法： 笠原市民センターへお電話または窓口にて申込みください。

Tel 029-243-3769 （平日9:00～17:00）

【問合わせ】水戸市笠原市民センター 〒310-0852 水戸市笠原町 358-5

【主 催】笠原女性見守りボランティア・水戸市笠原市民センター

