

かんたん！楽しい！！

親子ふれあい運動あそび

～0才からの体幹エクササイズ～

日時

9月1日(火)
10:00～11:30

場所

上中妻市民センター
ホール

講師

子育てサークルたちめもりー
主宰 こんどう しずか 先生

対象

6ヶ月～2才11ヶ月の
お子様とその保護者
水戸市内居住の方
※ご妊娠中のママはお控えください。

定員

12組

持ち物

飲み物 ほか

服装

動きやすい服装

親子で笑顔いっぱいの
時間を過ごしませんか？歌やリズムに合わせて楽しく体を動かしながら、
赤ちゃんとのふれあいを深めます。

初めての方も安心してご参加いただけます♪

参加
無料

お申し込み方法



※8月10日(月)より窓口または電話にてお申込みください。

(土日祝日を除く平日のみ)

定員になり次第締め切ります。

受付時間 9:00～17:00

上中妻市民センター

TEL 029-251-9402