



2025 **11/8(土)**
10:00~11:15

参加無料
おおむね**20組**

(先着順・当日9時より受付開始)

場 所
**四日市市
こども子育て
交流プラザ**
(橋北交流会館 4F)

「親子deバランスボール」

バランスボールを使ったエクササイズを親子で楽しもう。知って得する育児のヒントもあります。動きやすい服装で、水分補給用の飲み物を持参してください。おしゃべりタイムでは、パパ同士交流しましょう。

講師：産後指導士・バランスボールインストラクター
横石亜紀氏



(状況により、開催中止または内容の変更がある場合があります)

アクセス

●近鉄川原町駅より 東へ徒歩 19分 (約1.5km)

●JR四日市駅より 北へ徒歩 22分 (約1.7km)

(三重交通 バスのりば 2 番)

【平 日】「東新町経由 市立病院」行

【土日祝日】「東新町経由 ガーデンタウン東日野」行

東新町下車
徒歩4分

●近鉄四日市駅より

(三重交通 東バスのりば 11 番)

「東新町経由 JR四日市」行 / 「東新町経由 四日市港」行

お問合せ先

四日市市こども子育て交流プラザ 〒510-0025 三重県四日市市東新町 26-32 橋北交流会館 4F

TEL.059-330-5020 FAX.059-334-0606

※四日市市こども子育て交流プラザは四日市市の児童館です。 [四日市市こども子育て交流プラザ](#) 検索

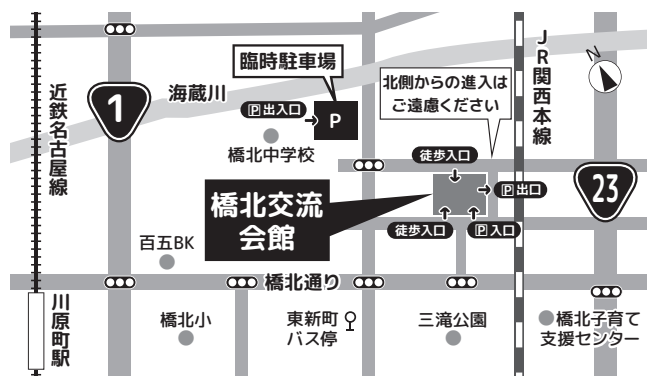
お子さんと
一緒にあそんだり、
みなさんと
一緒に子育ての話を
しませんか。



よかパパ相談員 が
(父親の子育てマイスター) が
**みなさんの子育てを
応援します。**

■よかパパ相談員(父親の子育て相談員)とは■

四日市市が主催する「父親の子育てマイスター」
養成講座を修了し、父親の子育てマイスターに
認定され、相談員に登録した方です。



場内での事故、損傷、盗難等については一切責任を負いません。
駐車場の台数には限りがあるので乗り合わせにご協力ください。
一般駐車場が満車の場合は臨時駐車場も利用できます。路上駐車はご遠慮ください。
臨時駐車場は奥から駐車してください。危険物の持ち込みは固くお断りいたします。