

# 中部すくすく& マタニティ広場



読み聞かせや、  
製作もあるよ

## 親子ヨガ体験会

親子でスキンシップを取りながら、  
運動不足を解消しませんか♪



日時: **令和7年3月21日(金)**  
10時30分～11時30分

場所: 中部地区市民センター 4階 音楽室

※当センターは駐車スペースが限られておりますので、  
できるだけ公共交通機関をご利用ください。

講師: 伊藤 寛恵さん

対象: 市内在住の乳幼児(首すわり後の6ヶ月位～)と保護者

※妊婦の見学可能

定員: 10組程度

※令和7年3月7日(金)9時から受付開始

服装: 親子共に動きやすい服装

持物: バスタオル、水分補給用の飲み物

★民生委員さん・主任児童委員さんにお手伝いいただいております。

★身長・体重測定も出来ます。(母子手帳をお持ちください)

**主催: 中部地区市民センター**

<問い合わせ> 中部地区市民センター TEL354-0336



月～金 9時～17時(祝日を除く)  
センター主催の講座案内



事前申込が必要です  
無料で参加できます

WEB 申込み

