

子育て講習会

11/13(日)

みんなで楽しく健康づくり

3B体操

さんびー
たいそう



*ボール・ペリ・ペリターの3つの用具を使い音楽に合わせて遊び感覚で楽しめる運動です♪



遊びながら
体力アップ!



親子の絆アップ!

毎日の仕事・家事・育児に追われ運動不足や親子のコミュニケーション不足になっていませんか?

「乳幼児から100歳まで楽しめる体操」として注目されている3B体操で身体を動かし心身ともにリフレッシュ、親子で楽しみましょう(^_^)

講師：大林和美氏（公益社団法人日本3B体操協会 公認指導者）

時間：9:30～10:30（受付 9:00～）

場所：竜王町公民館 1階ホール

対象：竜王町在住の乳幼児・未就学児とその保護者

定員：先着30組

託児：ありません。

持ち物：お茶・汗ふきタオルなど

その他：動きやすい服装・運動靴で参加してね♡

無料

おじいちゃん、
おばあちゃんも
大歓迎♪

お申し込み …… 申込み〆切り 10/28(月)

竜王町社会福祉協議会 58-1475

こどもひろば担当：高橋まで

