

# 0歳児とママの

ママのシェイプUP  
にもなりまよ!



# 親子スキンシップ体操



日時

会場

令和1年**6月24日**(月) 青森県武道館 剣道場

10:00~11:20 (受付9:40~)

- ◆ 対象 0歳のお子さんと母親・養育者様 ◆ 定員 15組
- ◆ 参加費 500円(保険込) ◆ 持ち物等 **バスタオル**・飲料など
- ◆ 服装 動きやすい服装でご参加下さい

講師 西山 里美先生<プロフィール>

国立総合児童館「こどもの城」の立ち上げから閉館まで30年間勤務し、0歳児~シニアまで専門の新体操を活かし幅広い年齢層の健康と運動にたずさわる。

現在は新体操クラブ・婦人のストレッチクラス・1~2歳の親子体操・子育て支援の指導者講習会  
0歳児とママのスキンシップ体操などを行っている。

申し込み・問合せ 子育て支援サークル ママーズクラブ 小関まで

TEL / FAX 0172-32-6571 Eメール DZZ01214@nifty.ne.jp

主宰 子育て支援サークル ママーズクラブ \*個人情報とは当会からの案内以外には使用いたしません

大人 お名前 (ふりがな)	子ども お名前(ふりがな)	年齢	連絡先 電話 / FAX
		子 歳歳	
		子 歳歳	

親子スキンシップ体操 参加申込書 FAX送信、又は電話/メールで必要事項をお知らせください。