



親子でリズム体操



★うたや踊りが好き
 ★子どもと向き合う時間が欲しい
 ★走り回るのが大好き
 ★体を動かすことが大好き
 ★おうち時間おやこで楽しく過ごしたい
 ★ママが1フレッシュしたい



ごきげん！を楽しむ。
 ごきげん☆を養う。
 ごきげん！自信がつく
 成功体験



親子一緒に「楽しい♪」を実感しながら、体を動かす時間です！
 運動・ダンス・遊び・知育・様々な要素をミックスして
 親子のふれあい時間を過ごしましょう♡

日程

2021年3月17日（水）※毎月第3水曜日

10:00集合 10:15~11:15

対象

未就園児（歩けるようになったお子様）と保護者様

※ 親子で参加 ※ 定員 10組

申し込み

事前予約制です。（予約期間は毎月1日の9:00から）
2階児童コーナー受付またはお電話でお申込みください

☎ 0138-86-6828

持ち物

水分補給用の飲み物（体操終了後体育室で遊ぶ場合は上靴）

服装

お子様も保護者様も裸足、動きやすいパンツスタイル

その他

時節柄、人数制限及び時間短縮で実施する予定ですが
市の要請等で、中止になる場合もございます。

講師

HAPINETmama代表
 一般社団法人日本ベビーダンス協会 キッズベビーダンス認定インストラクター
 道南最大級ママフェス主催・ドリーム愛ランドビレッジプロジェクト企画プロデューサー
 「ママ・ここと」編集室マネージャー 。三木洋子(11歳と7歳のママ)

