



ゆるやかワークショップ

～お母さんと赤ちゃんのエクササイズ～

お母さんと赤ちゃんが一緒にできるエクササイズを楽しみましょう。
おうちでの赤ちゃんとのコミュニケーション方法や遊び方も教わります。
同じ月齢のお母さん同士の交流の場としてもご活用ください。



日時・会場

9/16 (水) 浜北文化センター
2階 多目的室
10:30 ~ 11:30 浜北区貴布祢 291-1

講師

石川 千栄 さん
(浜松市子育てサロン ひなたぼっこ)

対象・定員

3か月 ~ 1歳未満の赤ちゃんとお母さん
15組 (先着順)

お申し込み

8/15 (土)
13:30 から受付開始
お電話でどうぞ

受講料
500円

(当日会場で支払い)

持ち物 … バスタオル (赤ちゃんを床に寝かせるとき使います)
水分補給用の飲み物

新型コロナウイルス感染症対策について

- ・当日ご来館から受講開始前まで、大人の方はマスクの着用をお願いいたします。(エクササイズ中の着用は任意です)
- ・当日体調不良や37.5度以上の発熱がある場合はご参加をお控えください。
- ・アルコール消毒液を準備いたします。受講前に手指の消毒をお願いいたします。
- ・会場には外気を取り込める機械換気設備がございます。
- ・定員は例年同会場で30組までですが、今回は密集を避けるため半数といたしました。