

令和6年度 大胡公民館 子育て・親子支援事業（子育て支援講座）

プチエクササイズで ココロとからだのリラックス ♪ ♪

～子育て講話&簡単エクササイズを楽しめます～

子育て中の保護者の皆さん、子育てに関心のある皆さん・・・

公民館で一緒に心も身体もリフレッシュしてみませんか？

※日 時 令和6年7月10日（水） 午前10時～11時

※会 場 大胡公民館 第一和室

※講 師 前橋市健康増進課 健康づくり係 保健師

※対 象 0歳から3歳までの子を持つ親
子育てに関心のある方

※定 員 20人

※参加費 無 料

※持ち物 飲み物

※動きやすい服装でお出かけください



～ お申込み方法 ～

6月6日（木）から大胡公民館に来館 または 電話でお申込みください。

1 保護者の名前 2 お子さんの名前と年齢 3 住所 4 電話番号 をお知らせください。

（個人情報とは本講座のみに使用いたします）

問い合わせ：電話 283-0118 前橋市大胡公民館