

令和8年度 稲城市立第二公民館 主催事業

# 子育て応援講座

無料



## プログラム(全4回)

	日時	内容	講師
①	5月31日(日) 10時~11時30分	笑顔になる顔ヨガ&身体ほぐし	田中知実氏(表情筋トレーナー・ヨガ講師)
②	6月13日(土) 10時~11時30分	子育てに役立つ「わらべうた」	森しのぶ氏(親子わらべうたの会講師)
③	6月27日(土) 10時~11時30分	親子リトミック	赤羽えりな氏(リトミック、リズム体操マスター講師)
④	7月11日(土) 10時~11時30分	子育て中の皆さんに伝えたい「食と旬、食育の大切さ」	野菜ソムリエ Canaco 氏

対象:市内在住・在勤・在学の親とその1歳までの子

会場:稲城市第二文化センター(稲城市矢野口1780)

持ち物:①動きやすい服装 ②手鏡

定員:10組

申し込み:右記二次元コード(LoGo フォーム)で受付



5月25日(月)まで ※定員を超えた場合は抽選

問合せ:稲城市立第二公民館  
(☎042-378-0567)



- ★ 親子参加の講座です
- ★ 授乳室もあります

