

女性のためのリフレッシュ体操(3B体操)

毎日子育てや家事に向き合っているあなた..

お母さんの元気と笑顔は、家族の“**たからもの**”です。

今日は、お子さんはお母さんのお膝や腕の中から保育のお部屋へ..

3B体操で身体をリフレッシュしましょう



3B体操とは、ボール等の用具を使用しながら、音楽に合わせて集団で行う健康体操です。

日時：7月5日(金) 10時30分～11時15分(受付開始10時)

(開始時間は厳守をお願いします。)

場所：小田支所3階ホール

対象：女性(先着 30人 定員になり次第締め切ります。)

保育：15人(子育て交流プラザでの見守り保育 0歳児～ 申込時に月齢をお聞きします)

参加費：300円(当日いただきます。)

保育代 子ども1人につき200円



持ち物：動きやすい服装・タオル・水分・保育のお子さん用水分補給の飲み物、お着替えオムツ

各1組、ごみ袋、ハンドタオル

お子さんの持ち物飲み物にはすべてにひらがなで、お子さんのフルネームを記入をお願いします。

申込方法：6月4日(火)午前9時から電話で先着順に受け付けます。

申込み&問合せ先 **市民運動小田地区推進協議会**

(事務局) 小田地域振興センター TEL: 06-6488-5441

〒660-0802 尼崎市長洲中通1丁目6-10

運営 **小田子育てネットワークの会(OKネット)**

(金楽寺子育てサロン、さくらんぼくらぶ、潮江子育て学級、

スマイルドロップ小田、NPO法人ぴょんぴょん&セーチル)