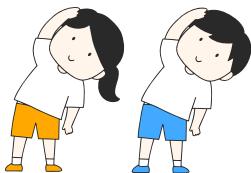


親子で一緒に！ すくすくサポート エクササイズ



赤ちゃん期(0歳)には、木の根っこ、つまり“体の根っこ”(ヒトの基本機能・姿勢・安定性など)を育み、歩き始めてから3歳、4歳ぐらいのこの時期は遊びの中で、体力・筋力・柔軟性や持久力、つまり木で言う“幹”的部分を育てます。では、この時期、どんな遊びを取り入れたらいいのか…。親子で楽しく遊びながらぜひ体験してみて下さい♪



講師 入江万紀子 先生
キッズスペシャリスト
WARAリズム インストラクター
健康運動実践指導者



日 時	令和8年2月22日(日) 13:30～14:15
場 所	南ふれあいセンター 3階 ふれあいホール
受講料	無料
対 象	3歳及び4歳(令和8年4月1日時点)の 幼児とその保護者(幼児1名につき保護者1名) ※対象外のお子様(兄弟等)の入室はできません。 ※託児はありません。
定 員	12組
締 切	令和8年2月12日(木) 必着

※イベント中の怪我などは自己責任のもとご参加ください。

※お申し込みはチラシの裏面をご覧ください。



イベント名	親子で一緒に！すくすくサポートエクササイズ		申込日	令和 年 月 日
ふりがな		年齢	住 所	〒
氏 名				
ふりがな			電話番号	
お子様の 氏 名			お子様の 生年月日	令和 年 月 日 生まれ 年齢

(控)

申込日 令和 年 月 日

イベント名 親子で一緒に！すくすくサポートエクササイズ

氏名

イベントの申し込み方法について

来館・ハガキ・FAX・Eメール・申込フォームのいずれかにて、イベント名・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・お子様の氏名（ふりがな）・生年月日を明記の上、南ふれあいセンターまでお申し込みください。（宛先はチラシ裏面の下部をご覧ください）

専用フォームからもお申込みいただけるようになりました！

二次元コードを読み取ってお申し込みください。



すくすくサポートエクササイズ

※ 参加の可否については、締め切り後、メールまたははがきにて内容を記載し、全員にご連絡いたします。

2月19日が過ぎても連絡がない場合は、お手数ですが、南ふれあいセンター管理事業係までご連絡ください。

※ 応募者多数の場合は抽選（岡山市民の方優先）、少数の場合は中止することがありますので、ご了承ください。

※ 締め切り後も定員に余裕がある場合、参加できることがありますのでお問い合わせください。

※ Eメール及びFAXでお申し込みいただいた場合は、折り返し、受信した旨を連絡させていただきます。

2、3日経過しても連絡がない場合は、お手数ですが、お電話でお問い合わせください。

※ お申し込みの際の個人情報は、イベント運営上必要な資料作成（名簿等）、ご連絡、利用統計、新規開設講座のご案内、担当講師への情報提供に利用させていただきます。

※ 駐車場の収容台数には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

イベントについてのお問い合わせ

南ふれあいセンター管理事業係

〒702-8021 岡山市南区福田690-1

【TEL】 086-261-7001

【FAX】 086-261-7025

Eメール m-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp



南ふれあい
センター
Eメール



南ふれあい
センター
ホームページ



ふれあい公社
Facebook

