

出前児童館事業

# レッツエクササイズ

～親子で脳を育てよう！～

新感覚トレーニング、ライフキネティック

運動遊びを楽しみながら、自分の身体や運動について学び、脳・心・体感を鍛えてみませんか！

- ・日 程 令和8年6月20日(土)
- ・時 間 午前9時30分～10時45分(休憩含む)
- ・場 所 柏原住民センター アリーナ
- ・講 師 高橋 祐樹 様

- ・定 員 30名
- ・対 象 小学生・保護者（見学・見守りも可）
- ・持ち物 シューズ・汗拭きタオル・飲み物  
着替え（必要な方のみ、更衣室はありません）
- ・その他 体調を整え、運動しやすい服装でお越しください。

【申込方法】 申込期間：令和8年5月26日(火)～6月16日(火)

- ・申込フォームよりお申込ください。受付は、先着順です。  
URL：<https://logoform.jp/form/bwxv/1570540>
- ・チラシは住民センター・子育て学習センター・社会福祉協議会  
こうがやま児童館等に設置していますのでご利用ください。

申込フォーム



【問い合わせ先】丹波市立こうがやま児童館 住所：氷上町成松 217 電話：0795-82-8620