

後期 乳幼児学級のご案内

共感しあえる子育ての先輩や仲間との出会いは、この時期とても大切です。
学級では体操などで心と体のリフレッシュをするほか、子育ての心構えやヒントを学びます。
ぜひ、ご参加ください♪

回	開催日		学習課題	講師名
1	令和8年 9月3日	木	お母さんのためのやさしいヨガ	ヨガインストラクター 須田恵利華
2	9月17日	木	子育てママを応援 心と体のリフレッシュ運動	健康運動指導士 高橋千恵子
3	10月1日	木	癒しのフラで心も体もリフレッシュ♪	カ・ロ・オ・カ・イ・パ [®] 主宰 春日井彩友美
4	10月15日	木	やさしいベリーダンス ～砂漠のリズムに身をゆだねて～	ベリーダンスインストラクター Samar（サマル）
5	10月29日	木	自宅で続けられる産後ママ向けピラティス！	姿勢改善トレーナー 高木朋美

※講師等の都合により、内容等を変更することがあります。

- 時 間 午前10時～11時30分
- 場 所 北部公民館 大会議室
- 対象者 安城市内在住、在勤で0～5歳の子をもつ親
- 定 員 託児数（15人）を考慮して、受講者人数を決定します。
（定員を超えた場合は抽選となります。）
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具、体操のできる服装、ヨガマット（第1・5回）
（必要なものは事前に連絡します。）
- 託 児 生後6カ月以上～未就園児（9月3日現在）のお子さんを無料で
託児世話人がお預かりすることができます。
- 申込み 7月15日（水）から8月14日（金）午後5時までの間に
北部公民館窓口または右の二次元コードからお申込みください。
※申込期間終了時点で定員を超えた場合は、抽選を行います。
※抽選結果は8月16日（日）午後1時以降に、公民館窓口および
ホームページで公表しますので、ご確認ください。
- 問合せ 安城市北部公民館 98-3751



（二次元コード）