

子育てサロン交流会

体をほぐして日頃の疲れを取ろう

～ストレッチポール体験～



子育てサロンとは、子育て中の皆さんが自由に集える場です！市内3か所のサロン
合同で交流会を年に1回開催しております。

今回は上花輪聡先生を講師にお招きしストレッチポールを使った体ほぐしを体験して
いただきます。たくさんのご参加お待ちしております♪

いつ **10月25日(金)**

時間 **10:00 受付開始**
10:30 開始
11:15 終了

* 体験中、お子さんはスタッフが託児します。

場所 **米沢市すこやかセンター 1F 体力測定室**
(米沢市西大通 1-5-60)

持ち物 **バスタオル、飲み物**
* 動きやすい服装でお越しください

対象 **未就学児とその保護者**

参加費 **無料**

定員 **15名**

申込み締切 **10月22日(火)**

＜申込・問い合わせ＞

電話かGoogleフォームよりお申込みください。

米沢市社会福祉協議会

担当 かたみもと 潟湊

電話 **0238-24-7881**

