

募 集

子育て広場講座 「親子ふれあい遊び」参加者募集

県内でリトミックを中心としたレクリエーション等の活動をしている金澤恵美子さんを講師に迎え、親子ふれあい遊びの講座を行います。音楽に親しんで親子でふれあって、一緒に楽しく体を動かしてみませんか。

- 日 時 令和4年2月9日(水)10:30~11:15(集合/10:15)
- 場 所 常陸大宮市総合保健福祉センター(かがやき)2階
※総合保健福祉センター(かがやき)の駐車場が満車の場合は、おおみやコミュニティセンター裏の駐車場をご利用ください。
- 対 象 者 保育所(園)に通っていない生後10か月~1歳5か月までのお子さんとその保護者
- 募集人数 先着6組 ※予約が必要です。予約をしていない方の当日の参加はできません。
- 持ち物等 タオル、飲み物等、動きやすい服装でお越しください。
- 申込方法 直接または電話で、子育て広場(またはこども課)へお申し込みください。
- 申込期間 令和4年1月12日(水)から令和4年2月8日(火)まで
※参加の際には、マスク着用・入口での手指消毒・自宅での検温(健康チェック)をお願いします。
※新型コロナウイルス感染症に伴う対応のため、やむを得ず中止する場合があります。市ホームページ等で開催中止等をお知らせしますので、随時ご確認ください。

申込・問 子育て広場【直通 ☎53-1401】*開設時間外は本庁こども課へ転送されます。
〔総合保健福祉センター(かがやき)内〕受付時間 火・水・木曜日 10:00~16:00

【ひたまる25】「スクエアステップ体験教室」参加者募集

スクエアステップは、マットに描かれた40個のマスを縦横斜めにステップを踏みながら移動する運動です。自分がやってみても他人がやるのを見ても、笑いが込み上げてくる不思議な楽しさがあります。また、この運動をすることで、転倒予防や認知症予防の効果があることが、大学等の研究機関で科学的に立証されています。ゆっくりでも歩くことができる方ならばどなたでも参加できますので、皆様の参加をお待ちしています。

- 日 時 令和4年2月4日・25日、3月4日・11日・18日・25日 全て金曜日
13:30~15:30(3月25日のみ14:30~16:30)
- 場 所 おおみやコミュニティセンター 2階多目的ホール
- 対 象 者 どなたでも
- 募集人数 40名程度
- 参加費 200円/回(当日徴収。保険料込み)
- 持 ち 物 体育館シューズ、汗拭きタオル、飲み物
- 申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、FAXでお申込みください。
- 申込期間 令和4年1月11日(火)から定員に達するまで



..... キ リ ト リ (FAXの場合はキリトリ不要)

【ひたまる25】「スクエアステップ体験教室」参加申込書

氏名(フリガナ)	住所	電話番号 (日中連絡がつくところ)

申込・問 スポーツクラブひたまる25事務局(火曜日、金曜日13:00~17:00) ☎55-9666 FAX 55-9667