

幼児期家庭教育講座

保護者向け・託児付き



『栄養とセルフメンテで 心も体もいきいきと♡』

体組成計で今の自分を知り、栄養と代謝アップの運動で未来の健康づくりをはじめましょう♪
栄養プロテインとハーブティーの試飲もあります。

- 【日時】 10月7日（水）
午前10時～11時45分
- 【場所】 甚目寺公民館1階 大会議室2
（託児：2階 郷土資料室）
- 【講師】 JOPH 日本肥満予防協会ダイエット
アドバイザー 牧田睦
- 【対象】 子育て中の保護者
- 【定員】 10名 ＊託児無料要予約
託児締め切り9月28日（月）
- 【受講料】 300円 【教材費】 200円
- 【持ち物】 動きやすい服装、水分
タオル、筆記具、託児セット

ファミリー向け

『親子でみそ蔵見学～見学と試飲～』

「七宝みそ」で有名な佐藤醸造のみそ蔵の見学をします。天然蔵の匂い、微生物による発酵が行われている現場の雰囲気を五感で感じることができます。
地元の伝統的な食文化に親子で一緒に触れてください。

- 【日時】 10月31日（土）
午前10時～11時30分

- 【場所】 七宝みそ・あまの蔵
（集合場所：あまの蔵）

- 【対象】 未就園児とその家族

- 【定員】 10組（4名以内/組 相談可）

- 【受講料】 300円（保険代含）/組

※併設の店舗へも行きます。



ファミリー向け



『クリスマス🎄 ベビーリトミック♪』

ひと月早いクリスマス。今だけの時間を親子で楽しもう。歌やピアノのリズムに乗って身体を動かしてママパパもお子さんの楽しむ姿や成長を見られてリフレッシュする時間になります♪

- 【日時】 11月25日（水）
午前10時30分～11時30分
- 【場所】 七宝公民館2階 視聴覚室
- 【講師】 リトミック研究センター
ディプロマ認定講師 久米はるか
- 【対象】 1歳半までのお子さんがある家族
- 【定員】 8組（4名以内/組 相談可）
- 【受講料】 300円/組
- 【持ち物】 飲み物、いつものお出かけセット、
動きやすい服装