令和８年度　ふれあい交流センター可美「文化展」



ごうちゃん先生のからだのトリセツ！

親子でからだ遊び！ママには骨盤底筋体操！



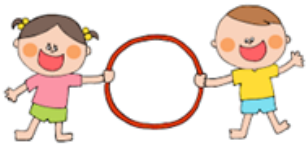
日　時　１２月６日（日曜日）

１３時３０分～１４時３０分

場　所　浜松市ふれあい交流センター可美　１階 エクササイズルーム

浜松市中央区増楽町１６４５-１

電話（０５３)４４０－０５７１　FAX ４４０－０５７２



講　師　天野和美先生（ごうちゃん先生）

JCCA ひめトレインストラクター・和トレ体操教室

定　員　５組

対象者　浜松市在住の１歳半以上の未就学児とその保護者（親又は祖父母）

受講料　無料

持ち物　汗拭きタオル、水分補給用飲み物

受　付　１１月５日（木）から１１月 22 日（日）電話又は FAX、事務所窓口で

お申込みください。応募者多数の場合抽選となります。

結果は、後日お知らせします。

※利用証のない方は、年齢・住所が証明できるもの（免許証、マイナンバーカード等）を保護者と子どもそれぞれ、提示していただき、申請の手続きをお願いします。

切り取り



「文化展」ごうちゃん先生のからだのトリセツ！申込み用紙

ふりがな 保護者氏名		続　柄		利用証※ No.	
ふりがな 子ども氏名		年　齢		利用証※ No.	
住　所	区	☎			