

理学療法士が教えます

親子 運動サロン

2025

10/1 水

10:30-11:30 in 高崎市子育てなんでもセンター

参加費
無料

定員 **10** 組
(予約制)

対象：一人で歩ける2歳未満のお子さん・ママ・パパ

～お子さんと過ごす時間がもっと楽しくなるヒント、ここにあります～

どんなことをするの？

01

親子で楽しむ
「運動遊び」

体を使った遊びを紹介
親子でできる遊びで
こどもの筋力アップ！

02

ママ・パパのカラダを
リフレッシュする体操

ママ・パパのカラダを
セルフチェック！
少し汗をかいてリフレッ
シュしてみませんか？

こんな方におすすめ！

- ・ 体を使った遊びを知りたい
- ・ 抱っこで肩や腰が辛い・・・
- ・ 他のママ・パパと交流したい

講師紹介

橋口 優 (はしぐち ゆう) 群馬バース大学

子どもを専門とした理学療法士・他市にて発達支援相談を担当
特別支援学校での勤務経験あり・一児のパパ

★お申し込み方法：高崎市子育てなんでもセンターへお電話にてお申し込みください

高崎市子育てなんでもセンター

〒370-0824 群馬県高崎市田町7-1

TEL. **027-393-6101**

【申し込み受付開始】 9月2日(火) 14:00～
(定員になり次第、受付終了)

※高崎市総合保健センターの駐車場をご利用の場合は無料になります

主催：群馬バース大学

共催：高崎市