

参加無料

オンライン 出前講座

ママのための
60分

♡ママのための♡ 栄養のお話&親子de体操

子育て中のママに知って欲しい！始めて欲しい！健康習慣のヒント

対象：市内子育て支援団体またはママ友グループ等（市民、在勤・在園）

内容：ママの健康づくりに役立つ栄養のお話と親子de体操

親子体操は子どもの年齢で選べます！

はいはいベビー（概ね1歳未満）orよちよちキッズ（概ね1歳～就学前程度）

※Zoomを使用したオンライン講座となります。

講師：健康づくり人材バンク 健康運動指導士 管理栄養士



最少開催人数：ママ10名

※PC、タブレットでの参加がお勧めです。

※ビデオON、マイクミュートでのご参加
をお願いします。

～申込方法～

●希望日時の3週間前までにWebフォームにて申込み

下記①～⑤を記載

- ①団体名(ない場合は不要)と申請者名
- ②連絡先電話番号
- ③希望の日時（講座時間は60分です）
- ④親子体操のご希望「はいはいベビー」または「よちよちキッズ」
- ⑤参加見込み人数



ご不明な点は健康づくり支援センターへお気軽にお問い合わせください！

(公財) 武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター

Phone 0422-51-0793 Fax 0422-51-0730

〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町4-8-10

<http://www.musashino-health.or.jp/k-passport/index.html>