

ぷらっと遊ぼう & 3B 親子体操

 **日程** 毎月第1金曜日

10:00~11:30 開催♪

2019年: 4/5、6/7、7/5、8/2、9/6、10/4、11/1、12/6

※5月お休み

2020年: 2/7、3/6

※1月お休み

*天候等都合により日程を変更・中止することがございます。

 **対象** 未就学児とその保護者 (3B親子体操は歩けるようになってから♪)

 **参加費・定員**


「3B親子体操」: 参加費 1回1組200円 当日先着20組まで受付

※動きやすい服装でお越しください♪

講師: 3B体操協会公認指導者 遠渡 常美 先生



「ぷらっと遊ぼう」: 参加費無料 定員なし 当日お気軽にお越しください!

タイムスケジュール	10:00~10:45	10:45~11:30	11:30~13:00
多目的ホール ①	「3B親子体操」 1回1組200円	「ぷらっと遊ぼう」 自由遊び	おもちゃのお片付け後、 昼食にご利用できます。
多目的ホール ②	「ぷらっと遊ぼう」 自由遊び	 お部屋を広く 使います♪	お部屋清掃のご協力を お願いいたします。

「3B体操」は、3つの「道具」を使って「音楽」に合わせて楽しくリズムカルに体を動かします♪

お子さんもママもパパも、体と心が元気になる体操です! ケアプラザへ親子で Let's Go!

【会場/お問合せ先】

横浜市上笹下地域ケアプラザ

横浜市磯子区氷取沢町 60-17

☎ 769-0240

