

# 浜脇公民館だより

## 歩き方で健康を考えるⅢ

日時:4月21日(月)13:30~15:30

講師:山口周平(日本スポーツ協会アスレティックトレーナー)

参加費:無料

定員:40名(先着順)

会場:香櫨園市民センター2階 集会室



## ベビーマッサージとママの体コンディショニング春

日時:5月28日(水)10:10~11:45

講師:若月美幸・香川真希(わらべうたベビーマッサージ研究会)

対象:1ヶ月健診済み~6ヶ月前後

参加費:無料

定員:15組(先着順)

会場:浜脇公民館 2階 第一和室

申込日:5月21日(水)10:00~12:00まで 浜脇公民館ロビーにて受付



## 今日も元気!「健康体操Ⅲ」

日時:6月11日(水)10:30~12:00

講師:鍵山智子(インストラクター)

参加費:無料

定員:40名(先着順)

会場:香櫨園市民センター 2階  
集会室

## 親子で😊リトミック!

日時:6月30日(月)[1部]10:00~10:45(6ヶ月~1歳半)  
[2部]11:00~11:45(1歳半~就園前)

講師:根津嘉子(リトミック研究センター認定講師)

参加費:無料

定員:各20組(先着順)

会場:浜脇公民館 2階 講堂

申込日:未定

※詳しい内容はチラシ・掲示ポスターをご覧ください

※講座開催時に今後の講座企画や運営に役立てるため、写真撮影させていただきます

お問い合わせは浜脇公民館まで(☎26-0656 平日9:30~16:30 西宮市浜脇町5-14)



西宮市100周年