



わくわくこあら

2022年度
子育て支援



4月より新しい講座が始まります。親子で一緒に楽しく体を動かすことをメインにボール体操や、リトミック、ヨガ等 毎回内容の変わる楽しい講座です。

講座の内容により参加対象の年齢（月齢）が変わりますので、
確認の上お申し込みください。

4月8日(金) 10:00~11:00

前川由美子先生と一緒に 親子エクササイズ

親子でスキンシップを取りながらエクササイズを
楽しめます。気軽におうちでも出来る楽しい内容です



場所

： 東山田地域ケアプラザ / 多目的ホール

対象年齢

： 歩行が安定したお子さん ～ 未就園までの親子

※ 詳しくはお問い合わせください

参加費

： 1回 300 円

募集人数

： 12組くらい

申し込み方法

： 3月16日(水) 13:30～ お電話にてお申し込み下さい

その他

： 動きやすい服装・水分補給の飲み物をご持参下さい

保護者の方は室内履き・スリッパ等をご持参ください

参加時には保護者の方はマスク着用、体調の悪い時には参加をお控えください

キャンセルの場合には連絡をお願いします。駐車場はありませんのでお車での来所はご遠慮下さい

※ 新型コロナウイルス感染拡大の防止の取り組みに伴い

中止になる場合もありますのでご了承下さい。詳しくはお問い合わせください

問合せ

〒224-0024 横浜市都筑区東山田町270

一丸となった支援 ～オールケアプラザ～

東山田地域ケアプラザ 045(592)5975

当ケアプラザは、個人情報保護法を遵守しています 主催：東山田地域ケアプラザ



講師紹介



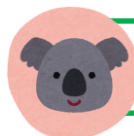
前川 由美子 先生



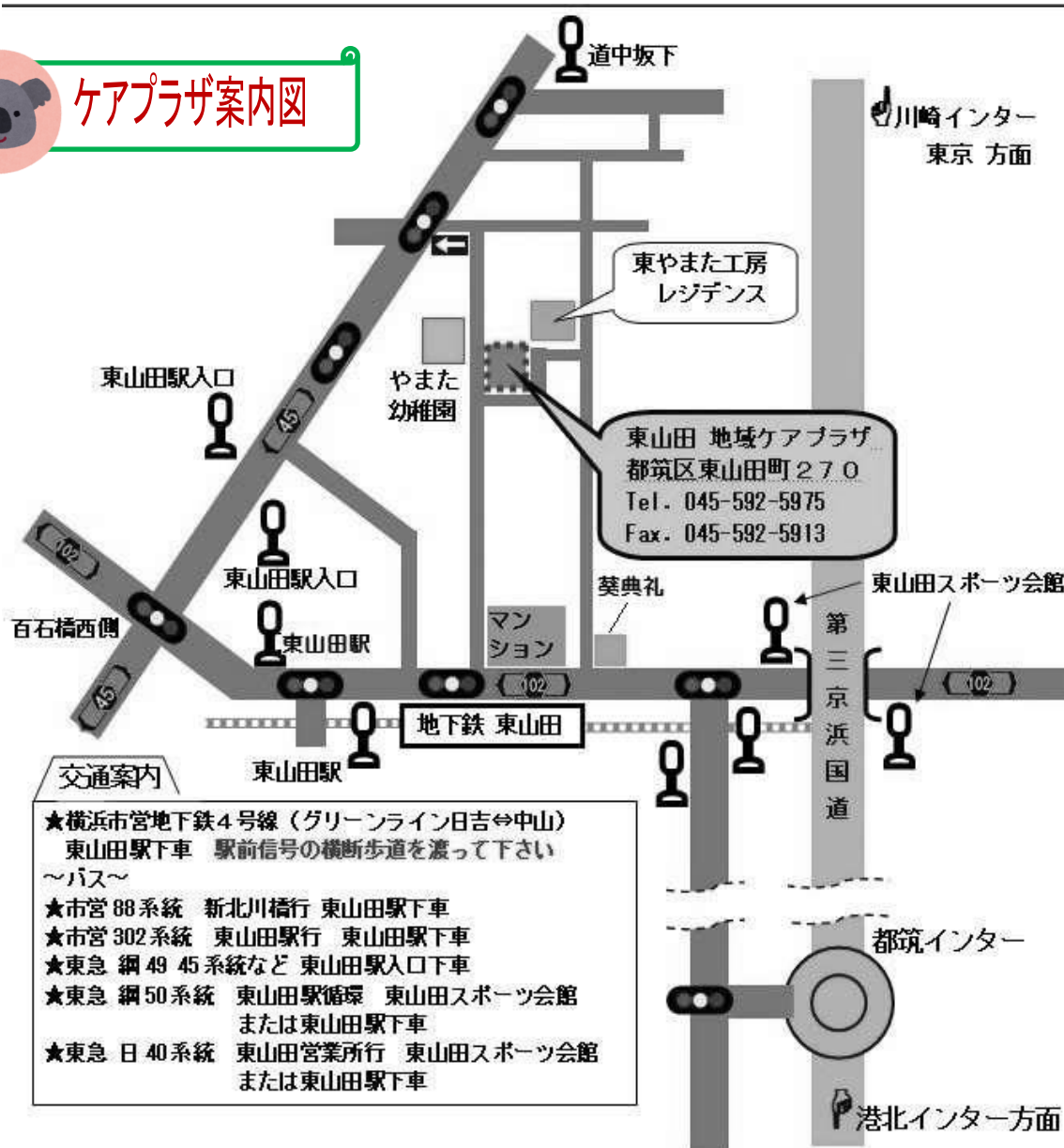
NPO 法人 1 億人元気運動協会
 チェアエクササイズ
 インストラクター

お子さんと一緒に運動あそびをしながら
 楽しい時間を過ごしましょう!!
 親子で体力づくり!
 体もこころもリフレッシュ!!

高齢者の健康体操を中心に活動
 小学生の走り方教室の指導なども行い
 幅広く活躍中



ケアプラザ案内図



交通案内

- ★横浜市営地下鉄 4 号線 (グリーンライン 日吉⇄中山)
 東山田駅下車 駅前信号の横断歩道を渡って下さい
 ～バス～
- ★市営 88 系統 新北川橋行 東山田駅下車
- ★市営 302 系統 東山田駅行 東山田駅下車
- ★東急 綱 49 45 系統など 東山田駅入口下車
- ★東急 綱 50 系統 東山田駅循環 東山田スポーツ会館
 または東山田駅下車
- ★東急 日 40 系統 東山田営業所行 東山田スポーツ会館
 または東山田駅下車

※お車での来所はご遠慮ください