

暑さに負けないからだをつくろう！

親子でいっしょに

わくわく

運動教室

参加費
無料



日時

8月23日(土)

午前9時45分～11時30分(受付9時30分)

会場

大東公民館 多目的室
詳細は裏面をご覧ください。

対象

小学1年生～4年生と保護者(抽選20組)

★保護者1人つき児童1人まで

★託児付き

問い合わせ

川越市健康づくり支援課
地域保健担当



049-229-4120



申し込み方法

電子申請にて受け付けます。

以下の二次元コードに
アクセスしてお申込みください。

申し込み期限:8月14日(水)



託児

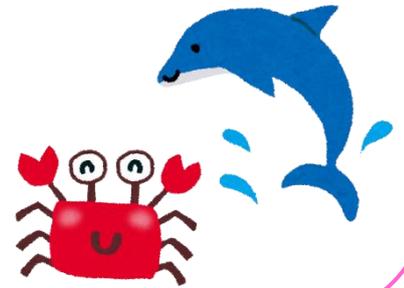
満1歳～就学前のお子様に関りボランティアによる託児も行います。
ご希望の場合はお申込みの際にご記載ください。

内容

- ・親子で行うストレッチ・筋力トレーニング他(60分程度)
- ・管理栄養士からの保護者向けの食事講座(30分程度)
(保護者が食事講座に参加している間、お子様は運動を続けて行います。)

持ち物

水分補給のための飲み物、スポーツタオル
動きやすい服装、筆記用具



アクセス 大東公民館 (川越市豊田本 5-16-1)

- ・シャトルバス 23系統「大東市民センター」前
- ・西武新宿線 南大塚駅 北口降車 徒歩約16分

