

いつでも！  
どこでも！  
たのしく！  
**親子ふれあい体操**

◇講師 【境 江利子さん】

弘前市在住。親子体操普及員、弘前市健康増進リーダー、  
あんよセラピー主宰、スマートフットワーク代表。

～遊び感覚で体操を楽しんで、心と体のリフレッシュ！～

親子の体力づくりの向上と体を動かす習慣を身につけるきっかけにしましょう。

**11月28日(日) 10:30～12:00** (受付 10:10)



会 場：アピオあおもり イベントホール 青森市中央 3-17-1

対 象：6歳～8歳児(年長～小2)の子どもと保護者 20人

その他：動きやすい服装・履物、汗拭きタオル・飲み物持参、  
マスク着用、裸足で運動するプログラムあり

託児あり  
先着5人

※今後の新型コロナウイルスの感染状況によっては内容が変更になる場合がございます。

※駐車場台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

※入場前に体調確認及び検温をいたします。体調不良等の場合は参加をお断りすることがございます。

また、手指消毒・マスク着用(大人のみ)等のご協力をお願いいたします。

<お問い合わせ・お申し込み>

青森県子ども家庭支援センター

〒030-0822 青森市中央3丁目17-1 アピオあおもり内

TEL 017-732-1011 (水曜日を除く 9:00～17:00)

FAX 017-732-1073

E-mail [kodomo-iken@apio.pref.aomori.jp](mailto:kodomo-iken@apio.pref.aomori.jp) ※10/28(木)より申込受付開始

FAXでの  
お申し込みはウラへ

こちらのバーコード  
からもお申し込み  
いただけます。⇒



◎主 催：青森県子ども家庭支援センター

◎後 援：青森県教育委員会

◎協 力：あおもり子ども劇場、子育て支援グループ「モモ」、(特)子育て応援隊ココネットあおもり、(特)子育てオーダーメイド・サポートこども