

9月のきら☆りんタイム

“スモールボールエクササイズ”

*とき : 2023年9月29日(金)

10:30~

詳細は、ひたち市報
(9月5日号)を
ご覧ください。

*対象 : 乳幼児の保護者

*内容 : 関節を広げて猫背や腰痛、歪みをなおします

*講師 : 渡邊 美映さん

*定員 : 8人(多い時抽選)

*申し込み : 9/21(木)までに電話又は直接
すくすくセンター事務室へお申し
込みください。

Tel 23-5522(9時~17時)

★講座参加中の無料託児あります。ご希望の方は、お申し込みください。

