



令和3年度

ママと赤ちゃんのびのびスキンシップ教室



★日程★ 令和3年 4月23日
5月7日、14日、21日、28日
6月4日 (金曜日、計6回)

★会場★ 北海道立北見体育センター

★時間★ AM10:00~AM10:50

★対象★ 赤ちゃんと母親（母親1名、子ども1名）

初日（4/23）にて、月齢が5~10ヶ月の赤ちゃんが対象

★定員★ 5組

★参加料★ 3,000円（親子1組分）教室初日に納入して下さい。

- ★内容★
- ・親子と一緒に音楽に合わせてながらスキンシップ
 - ・育児の合間におこなえるママ用の体操
 - ・ママ同士の情報交換 etc

★講師★ ◎前崎 さよこ氏（健康運動指導者）

- ★その他★
- ・医師に運動を制限されていない健康な方が対象です
 - ・妊娠初期、妊娠されている可能性がある方は参加できません。
 - ・教室は原則マスク着用（母親）とします。
 - ・託児施設等はありません。
 - ・新型コロナウイルスの状況により、中止等になる場合があります。

感染防止対策を
して実施します



★申込方法★

「申込用紙」（北海道立北見体育センター窓口、北見市スポーツ協会、北海道立北見体育センターホームページから取得可能）を使用するか、必要事項（親子氏名（ふりがなも）、親子年（月）齢、お子様性別、ご住所、電話番号）を用紙、メール等に記載し、北海道立北見体育センターへ持込、郵送、メールにて**4月8日（木）**必着でご提出ください。お電話での受付はいたしません。応募多数の場合は抽選とし、ご参加の可否については**4月15日（木）**までに文書で通知します。*初めてご参加される方（お子様）を優先いたします。

★申込・問合せ★ 公益財団法人北見市スポーツ協会

住所：〒090-0061 北見市東陵町27番地 北海道立北見体育センター内

TEL：0157-23-3131 受付メールアドレス：inoue@kitami-sports.com

