

真備児童館  
くらしき健康福祉プラザ 健康づくり事業 おでかけ健康教室

# 親子ストレッチ

お子さまと楽しくスキンシップ  
カラダもココロもリフレッシュ♡

【対象】 18歳以上の倉敷市内にお住まい、  
もしくは通勤・通学されている保護者とお子さん

【日時】 令和3年10月26日（火）  
11月25日（木）  
10:00~10:30

【場所】 真備児童館 遊戯室

【講師】 くらしき健康福祉プラザ 健康づくり事業 健康運動指導士

【定員】 各親子10組

【料金】 無料

【持ち物】 マスク, 飲み物 ※動きやすい服装でご参加ください

【申込方法】 真備児童館に来館してお申し込みください



## 真備児童館

〒710-1306 倉敷市真備町有井1556-2 Tel: 086-697-0831

開館時間: 9:00~17:15

休館日: 月曜日, 祝日 (こどもの日は開館), 夏休み期間中は日曜日

年末年始 (12月29日~1月3日)

## くらしき健康福祉プラザ 健康づくり事業

〒710-0834 倉敷市笹沖180 Tel: 086-434-9875

受付時間: 火~土曜日 9:00~17:00

休業日: 日・月曜日, 祝日, 年末年始 (12月29日~1月3日)



@kurashiki\_kenkou

