

知って得する体験ツアー



# 親子でカラダを動かそう

5月6日(水・祝)10:30~12:00

中スポーツセンターの広～い体育館でのびのび！  
親子で楽しくカラダを動かしましょう！  
遊びの中で、カラダを動かす大切さを体験できます。

## 集合場所

新山下地域ケアプラザ  
多目的ホール  
10:15 から受付開始

## 中スポ 内容

- ・施設見学
- ・親子体操プログラム体験
- ・ストレッチ



対象

主に中区在住の未就学児親子

定員

25人

参加費

無料

持ち物

くつ袋、飲み物、タオル

※親子とも動きやすい服装でご参加ください。

ご家族での参加も大歓迎！



## 【会場・お問合せ】 新山下地域ケアプラザ

住所：横浜市中区新山下 15-5 ※公共交通機関を利用してお越しください。

電話：045-625-1911

申込方法：窓口または電話にて

申込期間：4月22日(水)10:00～5月5日(火)12:00

