

親子を対象とした公民館講座



No.	講座名	期 日	時 間	対 象	費 用	受 付	詳細・問い合わせ	備 考
1	親子でびよんびよん	令和8年5月11日(月曜日)	午前10時～11時30分	市内在住の10ヶ月から3歳くらいまでの子どもと保護者	無料	令和8年4月23日(木曜日)午前9時から専用フォームまたは電話	宮郷公民館 電話番号 0270-25-2356	
2	ママヨガ&ベビーヨガマッサージ教室	令和8年5月15日・22日・29日(金曜日)全3回	午前9時30分～11時30分	市内在住の2か月～8か月以下の子どもと母親	無料	令和8年4月24日(金曜日)午前9時から専用フォームまたは電話	名和公民館 電話番号 0270-32-0034	持ち物:ヨガマットまたはバスタオル、長めのタオル、子供用のバスタオル、水分補給の飲み物
3	親子ふれあい教室	令和8年5月19日・26日・6月2日(火曜日)全3回	午前10時～11時30分	市内在住の6か月以上3歳以下の子どもとその保護者	無料	令和8年4月21日(火曜日)午前9時から専用フォーム	あずま公民館 電話番号 0270-62-0115	持ち物: 飲み物(ジュース以外) その他: 親子とも裸足になれる服装でご参加ください
4	ママヨガ&ベビーヨガマッサージ教室	令和8年5月21日・28日(木曜日)全2回	午前10時30分～正午	市内在住の2か月～8か月以下の子どもと母親	無料	令和8年4月23日(木曜日)午前9時から専用フォーム	あずま公民館 電話番号 0270-62-0115	持ち物: ヨガマットまたはバスタオル、長めのタオル、子どもを寝かせておくバスタオル、飲み物 その他: 動きやすい服装でご参加ください
5	アフタービクス	令和8年5月27日・6月3日・10日(水曜日)全3回	①午後1時15分～午後2時15分 ②午後2時30分～午後3時30分	①3～7か月までの子どもとその母親 ②8か月～1歳前の子どもとその母親	無料	令和8年5月13日(水曜日)午前9時から専用フォームまたは電話	茂呂公民館 電話番号 0270-25-2671	持ち物: バスタオル
6	あそびの広場 ～リズムで遊ぼう～	令和8年5月28日(木曜日)	午前10時～正午	生後3か月から4歳未満の子どもと保護者	無料	令和8年5月14日(木曜日)午前9時から専用フォームまたは電話	境塚女公民館 電話番号 0270-76-0013	持ち物: 飲み物、タオル
7	ママたちの美しくなる教室	令和8年5月29日・6月12日・19日(金曜日)全3回	午前10時30分～正午	市内在住の2か月～1歳6か月以下の子どもと母親	無料	令和8年5月15日(金曜日)午前9時から電話	赤堀公民館 電話番号 0270-62-1153	持ち物: ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、音の出ないおもちゃ その他: 運動できる服装でご参加
8	ママヨガ&ベビーヨガマッサージ教室	令和8年6月11日・18日・25日(木曜日)全3回	午後1時30分～3時	市内在住の2か月～8か月以下の子どもと母親	無料	令和8年5月28日(木曜日)午前9時から専用フォームまたは電話	宮郷公民館 電話番号 0270-25-2356	持ち物: ヨガマットまたはバスタオル、長めのタオル、子供用のバスタオル、水分補給の飲み物
9	親子でフラッグフットボール体験教室	令和8年6月20日・27日・7月4日(土曜日)全3回	午前8時30分～9時30分	市内在住・在住・在学の方	無料	令和8年5月13日(水曜日)午前9時から専用フォームまたは電話	宮郷公民館 電話番号 0270-25-2356	持ち物: 運動できる服装、運動靴、飲み物、タオル