

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	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
2	親子でびよんびよん	令和8年6月11日(木曜日)	午前10時～11時30分	市内在住の未就学児とその保護者	無料	申込は不要、直接会場へ	三郷公民館 電話番号 0270-23-1952	
3	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
4	暮らしを整える食育とナチュラルケア Part1	令和8年6月15日(月曜日)	午前10時～正午	市内に在住の未就学児とその親	800円	令和8年6月8日(月曜日)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:筆記用具・飲み物
5	親子でハワイアンリトミック	①令和8年6月16日(火曜日)・②7月3日(金曜日)申込は①・②どちらか一つ	午前10時30分～11時30分	市内在住の6か月～2歳以下の子どもとその親	無料	令和8年6月5日(金曜日)午前9時から①・②選んで専用フォーム	赤堀公民館 電話番号 0270-62-1153	持ち物:飲み物、いつものお出かけセット
6	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	持物:運動できる服装、運動靴、飲み物、タオル
7	ベビーマッサージ教室	令和8年6月25日(木曜日)	午前10時～正午	市内在住の3か月～10か月の子どもと保護者	無料	令和8年6月11日(木曜日)午前9時から専用フォームまたは電話	境采女公民館 電話番号 0270-76-0013	持物:バスタオル、飲み物、普段使用しているボディークリーム
8	暮らしを整える食育とナチュラルケア Part2	令和8年6月29日(月曜日)	午前10時～正午	市内に在住の未就学児とその親	600円	令和8年6月16日(火曜日)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:筆記用具・飲み物
9	親子で楽しむリトミック	令和8年6月30日・7月7日(火曜日)全2回	午前10時～11時30分	市内在住の6か月から3歳までの子どもとその保護者	無料	令和8年6月9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 その他:親子とも裸足になれる服装でご参加ください
10	親子でびよんびよん	令和8年7月13日(月曜日)	午前10時～11時30分	市内在住の5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6月26日(金曜日)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	
11	暮らしを整える食育とナチュラルケア Part3	令和8年7月13日(月曜日)	午前10時～正午	市内に在住の未就学児とその親	1,150円	令和8年6月30日(火曜日)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:筆記用具・エプロン・三角巾・飲み物