

子育てママの お手軽ボディワーク

こども学科2年生の授業「地域子育て支援演習」の一環として、ママのためのミニ講座を開催します。

子育て支援を学ぶ学生が中心となり企画・運営を行います。ぜひご参加ください。

7月9日は、長野県立大学こども学科教員の白澤 舞(しらすわ まい)先生を講師としてお招きし、

自宅でもお手軽に体を動かせる簡単なボディワークをご紹介します。

ボディワークで体をほぐし、日ごろの疲れを癒しませんか？

リラックスした後は同じ子育てを頑張るママたちとおしゃべりしましょう！

託児はありませんが、ママの受講中は学生がお子さんと一緒に遊びます。

また、お子さんが遊べるスペース、昼食のとれるスペースを用意しております。お気軽にご参加ください。

日時 7月9日(火)

開場 10:40 開催 11:00~12:00

会場 長野県立大学「ひろば」

持ち物 飲み物・タオル・お子様に必要なもの

ジャージなど動きやすくリラックスできる服装でお越しください

対象 未就園児さんとママ

講師 白澤舞先生(こども学科教員)

定員 10組(先着順)

申込フォームはこちら↓



6月26日(水)申込開始

※定員になり次第

締め切らせていただきます。

お問い合わせ:長野県立大学