

令和8年度

親子レンジャー(体操)

11時~12時

毎月 第2日曜日

2026年

4月12日 ・ 5月10日 ・ 6月14日
7月12日 ・ 8月 9日 ・ 9月13日
10月11日 ・ 11月 8日 ・ 12月13日

2027年

1月10日 ・ 2月14日 ・ 3月14日



お子さんやお孫さんと♪
一緒に楽しく体を動かしましょう!
体を動かすことが苦手な方も
大人も子どもも楽しみましょう~♪

参加費：無料
講師：3B体操講師
対象：親子
(4歳以上小学生低学年位まで)
場所：清水ヶ丘地域ケアプラザ
多目的ホール
持ち物：飲み物、タオル
室内シューズ(はだしでもOK)
※動きやすい服装でご参加ください



●予約随時受付、電話・窓口でお申し込みください
(各回先着12名)

横浜市清水ヶ丘地域ケアプラザ 地域活動交流 ☎253-0071

※土日もやっています