

【横川生涯学習センター主催講座】

子育て中の皆さんへ

体を動かしたり、気軽に親子で一緒に楽しむ講座です！

親子のびのび講座 受講者募集！

♡ 対 象：概ね 2～3 歳児と保護者の方 ♡

(横川地区または近隣にお住まいの方)

♡ 定 員：各回 15 組 (第 5 回は 20 組) ※先着順です。♡



回	期 日	テーマ (内 容)	講 師	備考
1 ※	7月22日 (水)	親子で体を動かして、気持ちいい汗をながしましょう 親子で一緒にスポーツ!!	横川スポーツクラブ 坂内ひろみ 先生 ピラティスインストラクター 柴田 清美 先生	託児 あり
2	9月30日 (水)	中央図書館ちっちゃなおはなし会 連携事業 えほん・わらべうたを楽しもう ♡ & ママさん同士の交流会	中央図書館職員・おはなしボランティアの皆様 姿川地区市民センター 保健師さん	
3 ※	10月28日 (水)	親子で仮装して遊ぼう みんなで楽しむハロウィンパーティー ママのリフレッシュ! シェイプアップに効果的なエクササイズ	横川スポーツクラブ 坂内ひろみ 先生 フィットネスインストラクター 吉田 香利 先生	
4 ※	11月25日 (水)	ママのリフレッシュ講座 ピラティス&バレトン ピラティスで骨盤筋を鍛えませんかバレトンはフィットネス・バレエ・ヨガの動きを使ったエクササイズです	横川スポーツクラブ 坂内ひろみ 先生 ピラティスインストラクター HARU 先生	
5	12月 9日 (水)	＊＊ お子様と一緒に生演奏をお楽しみください ＊＊ クラシックコンサート ♪ 🎵お楽しみもあるよ～	宇都宮短期大学 阿久澤政行 先生 打保 早紀 先生	

※ 第 1・3・4 回の講座は、体を動かす内容となりますので、動きやすい服装で飲物等をご持参ください。

【時間・場所】 各回とも 午前 10 時～11 時 30 分
横川生涯学習センター



【申込み・問合せ先】

横川生涯学習センター (横川地区市民センター)

〒321-0112 宇都宮市屋板町 576-1

TEL: 028-656-6452 (平日 9:00～17:00)



お申込みは、裏面をご覧ください

令和8年度 親子のびのび講座 受講申込書



回	期 日	テ ー マ
1	7月22日 (水)	親子で一緒にスポーツ !!
2	9月30日 (水)	えほん・わらべうたを楽しもう&ママさん同士の交流会
3	10月28日 (水)	みんなで楽しむハロウィンパーティー
4	11月25日 (水)	ママのリフレッシュ☆ピラティス&バレトン
5	12月 9日 (水)	クラシックコンサート 🎵
場所・時間 いずれの回も 横川地区市民センター 午前 10:00~11:30		

○ 希望受講回 ⇒ 1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5 (○を付けてください。)

住 所 〒 _____ 宇都宮市 _____

連絡先 自宅・携帯 _____

お名前 保護者様 _____ (歳代)

フリカナ
お 子 様 _____ (歳)

応募締切り

第1回 ⇒ 7月10日 (水)

第2回・第3回 ⇒ 9月16日 (水)

第4回・第5回 ⇒ 11月 4日 (水)



申込み方法

窓口直接 またはネット申込はQRコードから

窓口受付は、祝日を除く月曜日から金曜日の午前8時30分
から午後5時15分です。※ 先着順です。

その他

第1・3・4回の講座は、運動がありますので、動きやすい服装と飲物をご持参ください。

申込み先 (問い合わせ)

横川生涯学習センター (横川地区市民センター)