

令和7年度 岡山市立津高公民館主催講座  
【共催】横井わんぱくクラブ、北区北保健センター

# 子育て講座

柔軟体操やリズム体操、マット運動をして、しっかり体を動かしませんか？ お家時間にもできるストレッチを体験して、寒い冬を元気に乗り越えましょう！ご参加お待ちしております。

【日 時】 **2月17日(火)**

10:20~11:20 (集合 10:00)

【内 容】 **親子で体操**

【講 師】OSKスポーツクラブ指導員

【対 象】未就園児とその保護者16組

【受講料】無料

【持ち物】タオル、水分補給のお茶

【申込み】2次元コードによるインターネット予約  
津高公民館窓口、電話にて受付いたします。

申し込み  
フォーム



＜お申し込み＞岡山市立津高公民館  
〒701-1144  
岡山市北区栢谷1677  
電話（086）294-4222