

元気な活動をご紹介

めげせ！元気なふちゅう 22

府中焼きマンボ体操レポート

府中市子育て支援センターでは、保育士や母子保健推進員の皆さんと一緒に、ランチルームで府中焼きマンボ体操をしています。

ランチルーム

月に一度、それぞれ昼食を持参して、遊んだ後にお昼ごはんをみんなと一緒に食べています。予約をすれば、希望者には、具だくさんのお汁の提供もあります。8月のメニューは、ラタトゥイユでした。毎回、お汁は、栄養バランスを考えて作っています。お汁は、府中市子育て支援センターへ申し込んでください。

とき 毎月第4木曜日11時30分～13時

※ランチルームの利用は、予約不要
ところ 府中市子育て支援センター

参加料 無料

※お汁は、1杯50円程度。

お汁の予約先 府中市子育て支援センター
(☎47-11188)

保護者の声

▽家でもいろんな体操しているの
で、新しくマンボ体操もやってみようと思いました。

▽まだ小さいので体操はできないけれど、楽しそうでした。

▽ランチルームで、みんなと一緒に

にご飯を食べるので、子どももよく食べてくれました。

府中焼きマンボ体操の指導に伺います！

地域の行事などで、マンボ体操と一緒にしませんか。指導を希望する場合は、健康推進課に連絡してください。指導を受けた団体には、CDやDVDを差し上げます。

今回は、8か月から2歳の子どもたちとその保護者が参加してくれました。参加した子どもたちは、みんな楽しそうに音楽に合わせて動いたり、保護者と一緒に「うー！」とポーズを決めてくれました。



YouTubeでも府中焼きマンボ体操が見られます！



8月のランチルームの様子

TTCアリーナの教室受講者を募集

◎キッズスポーツ教室

これからスポーツを始める子どもたち向けの、楽しく体の動かし方が身に付く教室です。

とき 10月8日(火)～12月17日(火)の毎週火曜日

※10月15日・22日、11月5日を除く。

対象・時間

▽幼児クラス：3歳以上の未就学児・16時30分～17時15分

▽小学生クラス：小学生・義務教育学校1～6年生・17時30分～18時30分

受講料 全8回5,280円

※初めての人は1回無料で体験可能。持参するもの 屋内用シューズ

※動きやすい服装で参加。
◎フンコインレッツスン！ナイトヨガ

静かな夜の空気に包まれながら、特別なひとときを体験しませんか。

とき 10月11日(金)19時30分～20時30分

対象 16歳以上の人

※動きやすい服装で参加。ヨガマットの貸し出し可能。

受講料 500円

申し込み・問い合わせ先 TTCアリーナ (☎41-8500)

問い合わせ先 健康推進課 (リ・フレ内・☎47-1310)