

# ～穂積中～

## ふれあい保育体験&同時開催講座のご案内

中学生の保育体験にご協力をお願いします。中学生ががんばって保育します。  
その間 ママ達は自由時間です。同時講座もありますのでぜひご参加ください。

◆ 2019年 6月5日(水)・6日(木)・7日(金)

◆集合時間 10:25 保育時間 10:40~12:15 講座時間 10:45~12:05

◆保育体験会場：穂積中学校体育館 1階柔剣道場

同時講座(ズンバ)会場： 校舎1階会議室

◆申込み開始日： 5月20日(月)9:00~

◆保育&講座の申込み方法：メールでご本人の分のみ申し込めます。

件名「穂積中 保育体験申し込み」とし、①~⑧を明記して送信してください。

- ①保護者のお名前
- ②お子さんのお名前(ひらがな)
- ③ // 年齢(〇才〇ヶ月)
- ④ // 性別
- ⑤携帯番号
- ⑥協力いただける日(何日でもOKです。)
- ⑦参加希望の同時講座名(講座に参加しない場合は、「参加なし」としてください)
- ⑧もし、ママまたはパパが、中学時代に瑞穂市内の中学で保育体験を経験された方は、その旨お知らせください。

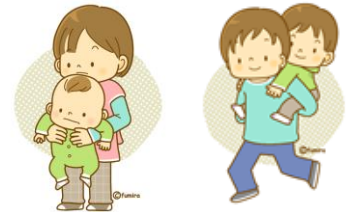
※受付の返事は、パソコンからメールで送信します。

受信制限をされている方は、kids.sq@dream.comからのメールが受信できるようにしておいてください。

※講座参加者が優先となりますので、ご了承ください。

※また、受付開始日は申込みが集中するため返信が遅れる場合があります。

2日経っても返信がない場合は、お電話にてお問い合わせください。



◆託児の持ち物

おむつ・ビニール袋  
着替え・おやつ  
お茶またはミルク



◆申し込み・問い合わせ：NPO 法人キッズスクエア瑞穂

メール kids.sq@dream.com TEL/FAX 058-326-2236

### ◆同時講座のご案内

#### 6日(木) ズンバ(こっこクラブ)

ラテン系の曲や踊りをベースに、メレンゲ・サルサ・ベリーなどを様々な組み合わせたダンスフィットネスです。心肺機能を向上させるとともに、多くのカロリーを消費するので、脂肪を燃焼させる効果も期待できます。

◆講師：FITNESS インストラクター

rikoさん

◆参加費：800円

◆持ち物：水分、動きやすい服装  
室内シューズ



#### 7日(金)「ココロとカラダをリセット！ バランスボール&ワークショップ」

美しいボディラインをつくる筋肉をピンポイントで鍛え、ママトークじゃない話をしながら、心身ともにイキイキとした活力を取り戻していきます。カラダも足取りも心も軽やかに♪ 新しい私に出会えますよ！！

◆持ち物：タオル・水分補給

(動きやすい服装でお越しください)

◆参加費：800円

◆講師：山本裕子さん  
(NPO 法人マドレポニータ  
産後セルフケアインストラクター)

