

# わくわく子育て講座

今、パパ・ママ達に伝えたい子育てで本当に大切なこと



## 第2回

「からだをほぐして ころろをほぐそう」  
ママのためのゆったりリラックスストレッチとエクササイズ

講師 白澤 舞 先生

長野県立大学健康発達学部こども学科講師

日時

5月15日(水) 10:00~11:00

場所

町民会館

託児

託児をご希望の方はご予約ください  
長野県立大学の学生がお手伝いします

予約  
問合せ

子育て支援センター ☎253-8853  
子育て支援係 ☎253-4769

参加無料

孫育て・子育てが終わった  
方もぜひご参加ください！  
託児も完備。県立大の学生  
さんと楽しく過ごせます！



長野県立大学  
THE UNIVERSITY OF NAGANO



飯綱町PRキャラクター「みつどん」

主催 飯綱町教育委員会