

コーディネーショントレーニングを取り入れた

おともだちといっしょに遊んで元気になろう

# 運動遊びへ行こう!

## 8月/9月の予定

### ママのボディメンテナンス!

9月14日(木)

青森県武道館 剣道室 10:00~11:20

ベビーシッター付き 次回は11月9日も予定し  
参加費は、お問い合わせください

### 親子じゃれつき遊び

8月29日(火)・9月26日(火)

宮川交流センター10:00~11:20

10/26. 2/22 みどり保育園

ほか、決定次第 お知らせします

あんよから就園前のお子様との触れ合い遊びです。飲み物持参  
参加費:お問い合わせください

問い合わせ ママズクラブ こせき

☎32-6571 (18時まで、留守番対応)

## 運動遊び

青森県武道館

### 8月の予定

24日 柔道場 / 31日 柔道室  
15:15~16:45

### 9月の予定

15:15~16:45  
7日 / 12日(火) / 28日 柔道場

### 海洋センターは

9/20(水) 14:45~16:00

幼稚園から小学校2年生まで対象  
参加費:お問い合わせください。  
飲料水・お着替え持参

### スポーツ鬼ごっこ練習会

9月28日 17:00~18:00

対象:小学生以上 青森県武道館剣道室  
スック・飲料水持参 参加費:お問い合わせください

