

親子講座 受講生募集

藤岡公民館・藤岡スポーツ振興係では、下記の講座を開設します。ふるってご参加ください。

1 開設講座

講 座	内 容	講 師	定 員	場 所 ・ 開 講 日 ・ 時 間
親子で吹き矢を 楽しもう 親 子 スポーツ吹き矢 講 座	5 ～ 1 0 m離れた円形の的を めがけて息を使って矢を放ち、 その得点を競うスポーツです。 性別・年齢問わず誰でも手 軽にでき、ゲーム感覚で楽しみ ながら健康になれるスポーツ として注目されています。 腹式呼吸をベースにしたス ポーツ吹き矢式呼吸法で、精神集 中や血行促進、細胞の活性化に 役立ち、内臓の諸器官にもよい 影響を与えます。	スポーツ吹き矢 指導者 柳田ヒロ先生	小学生 以上の 子どもと 保護者 2名1組 10組 20名	6月 2日(日) 23日(日) 7月14日(日) 28日(日) 午前10時～ 2時間程度
参加者で持参 するもの	動きやすい服装、タオル、飲み物、その他必要と思われるもの。			
親子で わくわくニコニコ リトミック♪ 親 子 リトミック 講 座	リトミックは「心と身体の 調和をとる教育」と言われて います。音感や表現力といっ た音楽的向上以外にも、知育 的要素への作用、集中力・積 極性なども育てていくことに つながっていきます。 音とリズムで遊びながら身体 を大きく動かして、玩具を 使ったり工作したり、楽器で あそんだり遊び心がいっぱい です。	わくわくニコニコ リトミック主宰 音楽指導者 川島優子先生	1歳～3 歳までの 子どもと 保護者 2名1組 15組 30名	7月 1日(月) 9月 2日(月) 30日(月) 10月 7日(月) 21日(月) 11月18日(月) 25日(月) 午前10時30分～ 40～50分程度
参加者で持参 するもの	動きやすい服装、お子さんのお出かけセット（タオル・のみもの・着替えなど必要と思われるもの）			

※ 詳細は裏面にございますので、必ずお読みください。

申 込 書 親子スポーツ吹き矢講座 親子リトミック講座 に参加します。 (参加日を○で囲んでください) 住 所 栃木市 保護者名 _____ 男・女 お子様名 _____ 男・女 (小学 _____ 年生 又は _____ 歳 _____ カ月) 電話番号 _____	領 収 書 _____ 様 金 500 円也 但し、親子スポーツ吹き矢講座 親子リトミック講座 受講料として _____ 年 _____ 月 _____ 日 藤岡公民館 印 藤岡スポーツ振興係 印
---	--

- 2 会 場 親子スポーツ吹き矢講座 藤岡遊水池会館 大会議室
親子リトミック講座 藤岡保健福祉センター 会議室 他
- 3 受付期間 5月8日(水)～5月17日(金) 午前9時から午後5時まで
直接来館し、受講料を添えてお申し込みください。
定員になり次第締め切らせていただきます。
また、土・日曜日は職員不在ですので受付できません。ご注意ください。
- 4 受講料 親子スポーツ吹き矢講座 1組 全4回 500円(資料代・材料費)
親子リトミック講座 1組 全7回 500円(資料代・材料費)
- 5 申し込み先 公民館課 藤岡公民館係(電話62-4321)または、
スポーツ振興課 藤岡スポーツ振興係(電話62-1301)
「親子講座」まで
- 6 備 考 受講者には後日受講案内などをお送りいたします。
各回とも最低開催人数は3組6名です。
3組6名に満たない場合は、中止となりますのでご了承ください。