

長岡京市立中央公民館主催

中央公民館 市民企画講座（企画者：菅 美和子さん）

ふれて成長を感じよう！



# 親子たいそろう

7月27日（金）

午前 10:30～11:30  
（10:00 から入室できます）

音楽に合わせて、親子で楽しくカラダを動かしましょう！



場 所：長岡京市立中央公民館 2階 和室

講 師：親子たいそろう講師 菅 美和子 さん

対 象：市内の4ヵ月～3歳の子と保護者

定 員：先着 10組

持ち物：タオル等、普段のおでかけグッズ

申 込：平成30年7月1日（日）午前11時から受付開始

電話または公民館窓口へ

参加無料



かしこ暮らしっく  
長岡京

【お申込み・お問合せ】  
長岡京市立中央公民館  
TEL：075-951-1278  
FAX：075-955-4774

☆市民企画講座 企画者（菅さん）より

【企画の思い】

子育てをする中で、子どもとのふれあいがとても大切だと身を持って感じる今、これまでの経験を生かしながら、誰でも簡単にできる「あそび」を伝えたい。

【企画のねらい】

親子でのお家あそびに役立ててもらい、また、お父さんお母さんにリフレッシュしてもらいたい。



「中央公民館 市民企画講座」とは…

応募者の方が自ら講師となり、中央公民館の講座を企画・実施するものです。

講座内容は長岡京市第4次総合計画（第1期基本計画）から中央公民館が抽出する6テーマの中から選択し、そのテーマに合った講座を企画していただきます。

長岡京市内で活動する個人・団体・企業であれば、どなたでも企画・応募することができます。詳しくは、中央公民館までお問い合わせください。

6つのテーマ：①子育て ②健康・福祉 ③高齢者 ④防災・安全 ⑤環境 ⑥市の魅力発信

【平成30年度 実施予定企画】

応募者	企画名	テーマ
西村 日出男 さん	長岡京市民大学	⑥
清水 陽子 さん	季節のアロマ&ハーブ講座	②
小矢野 由美 さん	ミニミニえほんのひろば	①
乙訓医療生協 長岡京支部 さん	脳いきいき教室で認知症予防	②③
乙訓地名詩編纂 「チーム乙訓」 さん	みんなで創ろう乙訓の景観カード	⑥
小林 仁 さん	筋力トレーニング	②③
福羅 敦子 さん	3B体操でいきいき楽しく筋力アップ	②
菅 美和子 さん	ふれて成長を感じよう！親子たいそう	①
川内 尚美 さん	音楽で遊ぼう！親子のための知育リトミック 音楽で遊ぼう！トーンチャイム演奏体験	①
森田 佐代子 さん	笑って楽しく健康体操	③
A・Kクラブ さん	元気に長生き！生き！生き！	②

応募者	企画名	テーマ
山田 正子 さん 北村 貴子 さん	アロマ、ハーブ、お花を使って健康に	②
小牧 理絵子 さん	心と体を健やかに ヨーガ・セラピー	②③
三上 隆 さん	優しい遺言書の作り方	②
水島 啓子 さん	椅子に座って 楽しく運動効果を！	③
長岡京吟詠会 さん	詩吟で元気に！	③
土居 亜季 さん	作ってみよう布ナプキン &やってみよう月経コントロール	①②
澤田 和子 さん	笑って子育て	①
岩佐 美千子 さん	東洋医学とタッチフォーヘルス	②
童謡コーラス 四ツ葉会 さん	高齢者のためのヴォイストレーニング	②③
山内式気功体操 さん	みんなで元気にな〜れ！「細胞からのよみがえり」	②

※企画名は変更になる場合があります。