

心と身体健康サポーター

大塚 直美講師が来館！



「キッズ体操☆」

赤ちゃんからシニアまで幅広い年齢の方に向けて“身体を動かす楽しさ”を伝えている講師による、体操教室を開催します。親子で一緒に身体を動かしましょう！

日時:10月16日(木)

午前10:30~11:30

対象: 1歳~

場所: 栗島住区センター 児童館ホール

参加方法:事前申込制

講師経歴紹介

- ・健康運動指導士、運動指導歴24年。
- ・大手フィットネスクラブや教育団体ではインストラクター養成や、社員・スタッフの教育業務を担当。区教育委員会勤務時には、小学校放課後教室の運営・指導にも携わる。
- ・赤ちゃんから高齢者まで、延べ12万人以上の運動指導に従事。など

栗島住区センター 03(3848)-3471