



学校行事等
出張対応も
できます★
ご相談ください

調理も運動も！親子で一緒にもっと元気に！

親子健康

づくりコース



プログラム
内容・日程

対象

小学1～6年生の親子

時間

10:00～11:30
(8/22は13:00まで)

料金

1回 550円
(8/22は調理体験費別途1,650円)

定員

各回15組(8/22は8組)

持ち物

エプロン、三角巾、内履き、運動
できる服装、飲み物、タオル等

8/22
(土)

調理に挑戦★
おいしい朝ごはんを
自分で作ろう

11/21
(土)

ステップアップ！
親子で楽しく
からだを動かそう②

9/19
(土)

今のチカラを知ろう
ドキドキ！体組成
&体力チェック①

12/19
(土)

頑張った成果を
見てみよう！体組成
&体力チェック②

10/17
(土)

おうちでもできる！
親子で楽しく
からだを動かそう①

村上会場

11/7
(土)

村上市NPO法人
希楽々とコラボ

※詳細・問い合わせは希楽々へ

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター
025-287-8806

申込・問い合わせ



✂切り取り線

【参加希望日に○】 8/22 9/19 10/17 11/21 12/19

※下記の必要事項をご記入の上、受付窓口へお渡しください。

フリガナ 保護者名		性別	生年月日(西暦)	フリガナ 児童名		性別	生年月日(西暦)	小学校 年
住所				電話番号				メールアドレス