

2025 年度

# 子育て支援講座 ご案内

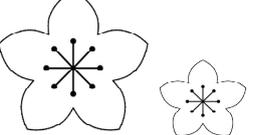


【運動講座】 13:30～ 1 時間程度

【栄養講座】 10:00～ 2 時間程度 (試食・後片付け含む)

調理実習を行う講座は参加費を 1 家族 300 円負担しております。

※講座の日程は変更になる場合があります。町のホームページや「広川町子育て支援センターハグハグカレンダー」をご確認ください。

4月7日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	4月17日(木) 【栄養】 季節の野菜(春) 	5月12日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生
5月18日(日) 【栄養】 親子クッキング	6月2日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	6月19日(木) 【栄養】 魚を食べよう 
7月7日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	7月17日(木) 【栄養】 手作りおやつ 	8月3日(日) 【栄養】 親子クッキング 
8月4日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	9月1日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	9月18日(木) 【栄養】 鉄とカルシウムをとろう
10月6日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	10月16日(木) 【栄養】 野菜を食べよう	11月10日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生
11月20日(木) 【栄養】 季節の野菜(秋) 	12月1日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	12月7日(日) 【栄養】 親子クッキング 
(2026年)1月5日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	(2026年)1月15日(木) 【栄養】 子どもが喜び ワンプレート 	(2026年)2月2日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生
(2026年)2月19日(木) 【栄養】 体を温める料理	(2026年)3月2日(月) 【運動】 骨盤底筋群を鍛えよう リラクゼーションを含む 講師：樋口りか先生	

開催場所 **子育て支援センター ハグハグ**

(町民交流センターいこっと 1F)

※駐車場は交流センター前側または、役場前駐車場をご利用下さい。

※事前予約が必要です。

(予約の受付は10日前～前日まで)

★託児もありますのでご相談ください

お申込み・お問い合わせ先 教育委員会事務局 子ども課 こどもまんなか係 0943 (32) 1194