

可美協働センターだより

回覧

発行：浜松市可美協働センター 令和7年12月20日号 第16号
〒432-8062 浜松市中央区増楽町1723-1 TEL 440-0007

市委託 中央区
南第5号

地域力向上事業

みんなでリフレッシュ！親子交流タイム

1部は親子同士で楽しく運動。2部は輪になって育児トーク。



【日時】 令和8年2月7、14、21日（全三回、各土曜）午後1：30～午後3：30

【場所】 可美協働センター ホール

【対象】 可美地区在住の3歳以上の未就学児及びその親 10組

※定員を超えた場合は参加できる日数が多い親子優先となります

【講師】 南 恵美（保健師）、藤野 朋美（インストラクター） 講師助手2名（看護師、保育士）

【内容】

日時	第1部（90分）	第2部（30分）	
		【親子】遊びメニュー	【親】トークテーマ
1 2/7	ボール遊び 等	食生活（子どもの食べムラ等）	講師助手による絵本の読み聞かせや、紙芝居などで楽しめます。
2 2/14	なわとび遊び 等	睡眠と休養 等	
3 2/21	健康体操 等	イライラ解消 等	

●第一部：親子で遊び、運動して楽しくコミュニケーションをとります。

●第二部：子育てにまつわる悩みをテーマとしたワークショップを実施します。

例えば食生活、睡眠と休養、イライラに関するお悩みを一人で抱えていませんか？

悩みを共有して、講師と一緒に解決策を見つけてみましょう！

【申込】

- 電話（440-0007）（月～土 午前9時～午後5時 祝日除く）
- 協働センター窓口（月～土 午前9時～午後5時 祝日除く）
- QRからお申込み（スマートフォン等）



申込QR

※いずれかの方法で、「氏名」「住所」「電話番号」「子どもの年齢」等をお知らせください。
締切は令和8年1月14日（水）です。

当落、受講確認は令和8年1月15日（木）以降に連絡いたします。（メールもしくは電話）