

＼新学期に向けて体力アップ！／

参加費
無料

親子でいっしょに

わ

く

わ

く

運動教室



日時

令和8年3月1日(日)

午前9時45分～11時30分（受付9時30分）

会場

ウェスタ川越 多目的ホールA・B

詳細は裏面をご覧ください。

対象

小学1年生～4年生と保護者（抽選30組）

★保護者1人つき児童1人まで

★託児付き

問い合わせ

川越市健康づくり支援課
地域保健担当



049-229-4120



申込み方法

電子申請にて受け付けます。

以下の二次元コードに
アクセスしてお申込みください。

申込み期限：2月18日（水）



託児

満1歳～就学前のお子様に限りボランティアによる託児も行います。
ご希望の場合はお申込みの際にご記載ください。

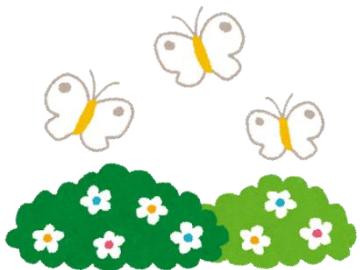
内容

- ・親子で行うストレッチ・筋力トレーニング他(60分程度)
- ・管理栄養士からの保護者向けの食事講座(30分程度)
(保護者が食事講座に参加している間、お子様は運動を続けて行います。)

持ち物

水分補給のための飲み物、スポーツタオル

動きやすい服装、筆記用具



アクセス ウエスタ川越 (川越市新宿町1-17-17)

※無料駐車場はありませんので、公共交通機関または徒歩、自転車等でお越しください。

- ◇JR川越線、東武東上線「川越駅」西口より徒歩約5分
- ◇西武新宿線「本川越駅」より徒歩約15分
- ◇「本川越駅」西武バス乗り場①番
 - ・新所02、本55系統 「川越駅西口」下車 徒歩約5分
 - ・本53、本54系統 「ウエスタ川越前」下車すぐ
- ◇「本川越駅」西武バス乗り場②番
 - ・川越35、川越35-1系統 「ウエスタ川越前」下車すぐ

