

【东部地区】为了妈妈的育儿讲座

～在日育儿讲座&

和孩子们一起愉快地健身！～



♪ 尊巴 ♪

♪ 肚皮舞 ♪

我们会对日本的学校系统进行简单易懂的说明。讲座之外还会带领妈妈和孩子们一起愉快地进行一些小运动。让我们一起听着音乐摆动身体、与孩子们更加融洽相处、让妈妈们的心情也焕然一新吧！

时间

第一次：10月1日（星期日）14：00～16：00

地点：ぬまづしみんたいいくかん 沼津市民体育館（ぬまづしたかしまほんちょう 沼津市高島本町1-4）

たもくてきしつ 多目的室（だい れんしゅうしつ 第3練習室）

内容：对日本的学校的学费和活动以及升学方面进行说明。
一起跳母子都能愉快享受的尊巴舞。

第二次：11月29日（星期三）10：00～12：00

地点：みしましみんぶんかかいかん 三島市民文化会馆（みしましいちばんちょう 三島市一番町20-5）

だい れんしゅうしつ 第1练习室

内容：“与孩子的相处之道”讲座。母子一起跳肚皮舞。

参加费用：免费

有参加意愿的人请直接光临会场



◇携带物品：

- ①补充水分用的饮料（跳舞容易出汗流失水分，请一定记得携带饮用水）
- ②擦汗用的毛巾 ③运动鞋（请不要穿拖鞋和高跟鞋）

こうざい しずおかけんこくさいこうりゅうきょうかい
主办方：（公財）静岡県国際交流協会

电话号码： 054-202-3411 电子邮箱地址： info@sir.or.jp