

要予約



2025 元気にワイワイ 親子で運動遊び!



北京オリンピック
女子マラソン日本代表

中村友梨香さん
なかむら ゆりか
(福知山市出身)

ゲスト講師

福知山市アクティブシティ推進アドバイザーである元女子マラソン日本代表選手の中村友梨香さんを講師に迎えて、子育て親子運動教室を開催し、幼少期から自然と体を動かすことを楽しみ健やかな生活習慣づくりを進めます。

グッズ争奪じゃんけん大会
もあるよ!!

12.20 土 10:00-11:30
(受付開始9:30~)

会場：福知山市武道館（柔道場）

対象・持ち物

- ・児童（2歳以上）と保護者
- ・飲み物と動きやすい服装

内容

- ・みんなで「ふくちライフ体操」
- ・からだを使った遊び
- ・親子でかけっこ

申込方法

事前予約制 先着30組
お申し込みは
二次元コードから

参加者には「福知山KENPOS」アクティブポイントを付与します。

【問合せ先】

福知山市こども家庭部こども家庭支援課 (0773-24-7055)

申し込み
フォーム

