

令和5年度

すこやか学級



戸隠公民館 026-252-2221

共催 戸隠住民自治協議会
戸隠保健センター

地域のみんなと子育てについて語り合い、情報交換をしながら子育てを楽しんでみませんか？
そして戸隠の自然の中で子供さんとお母さんと仲間で思いっきりからだを動かす時間を作りましょう！

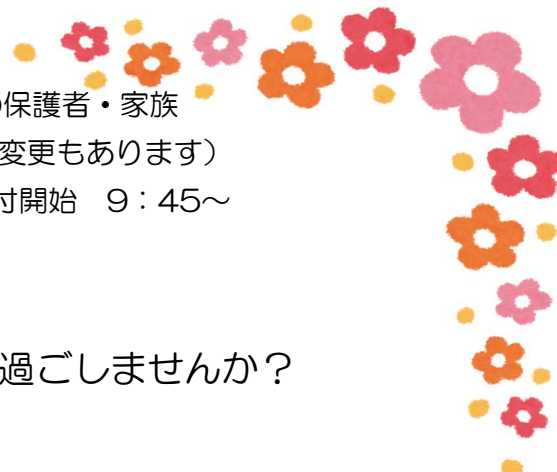
- ★ 参加対象者 ・入園前の乳幼児及びその保護者・家族（長野市在住・在勤）
- ★ 日程・会場 ・下記日程のとおり（都合により変更もあります）
- ★ 時 間 ・午前10時～午前12時 受付開始 9時45分～
- ★ 参加費 ・無料（内容により実費）

| № | 開催月日 | 会場 | 集合場所 | 内容 |
|----|-----------|------------|------------|-----------------|
| 1 | 4月21日（金） | 戸隠保健センター | 戸隠保健センター | 開講式 体操① |
| 2 | 6月2日（金） | ちびっこ交流施設友遊 | ちびっこ交流施設友遊 | シャボン玉、外遊び、読み聞かせ |
| 3 | 6月16日（金） | 戸隠環境改善センター | 戸隠環境改善センター | 体操② |
| 4 | 7月7日（金） | 戸隠牧場 | 戸隠牧場 | 散策 |
| 5 | 7月21日（金） | 戸隠環境改善センター | 戸隠環境改善センター | 体操③ブルーベリー狩り |
| 6 | 8月4日（金） | 戸隠中央区 | 戸隠保健センター | 散策 |
| 7 | 8月18日（金） | 戸隠環境改善センター | 戸隠環境改善センター | 体操④ |
| 8 | 9月1日（金） | 飯綱 大座法師池 | 大座法師池駐車場 | 散策 |
| 9 | 9月15日（金） | 戸隠環境改善センター | 戸隠環境改善センター | 体操⑤ |
| 10 | 10月6日（金） | 鏡池 | 鏡池駐車場 | 散策 |
| 11 | 11月17日（金） | 戸隠公民館 | 戸隠公民館 | 焼芋会、読み聞かせ |
| 12 | 12月1日（金） | 戸隠公民館 | 戸隠公民館 | Xmas リース作り |
| 13 | 12月15日（金） | 戸隠保健センター | 戸隠保健センター | 体操⑥ |
| 14 | 1月19日（金） | 戸隠保健センター | 戸隠保健センター | 体操⑦ |
| 15 | 2月2日（金） | 戸隠小学校校庭 | 戸隠保健センター | 雪遊び |
| 16 | 2月16日（金） | 戸隠保健センター | 戸隠保健センター | 体操⑧ |
| 17 | 3月1日（金） | 戸隠保健センター | 戸隠保健センター | 閉講式、体操⑨ |

新型コロナウイルス感染症の状況により変更する場合があります。

裏面もご覧ください

- ★ 参加対象者 ・入園前の乳幼児及びその保護者・家族
- ★ 日程・会場 ・表面の通り（都合により変更もあります）
- ★ 時 間 ・午前 10 時～12 時 受付開始 9：45～
- ★ 参 加 費 ・無料（内容により実費）



すこやか学級に参加して楽しいひと時を過ごしませんか？

高原を散策したり親子体操をしたり、

日頃のストレスを解消しましょう！

健康運動指導士、保健師を講師に迎えてみなさんの

子育てのサポートをさせていただきます。



- ※ お子さんは保護者の方が責任をもってみていただき、みんなで楽しく遊びましょう！
- ※ 講座内での飲食は水かお茶にしましょう！
- ※ 体操・散策は動きやすい身支度で参加しましょう！
- ※ 野外活動は天候により開催場所が変更になる場合があります。

参加ご希望の方は戸隠公民館までお電話にてご連絡ください。026-252-2221

ご協力いただける方は今後の連絡をEメールにて行いたいと思います。

QRコードを読み取り戸隠公民館にメール送信をお願いいたします。



その際 [件名：すこやか学級
本文：保護者様お名前とお子さんのお名前の入力をお願いします。]



togakushi-ph@city.nagano.lg.jp

※メールアドレス等の個人情報は戸隠公民館における【親子学級】以外では使用しません。