

なわて

ファミリ - サポ - センタ -
ファミリー・サポート・センター

こ そ だ こ う り ゅ う か い
子育て交流会



自宅でできる筋トレ &
キックボクシングのミット打ち



日時：令和8年3月5日（木）10:00~11:30

場所：すてっぴ★なわて 3階 市民活動室

講師：KICKY-FITNESS トレーナー町田さん

内容：自宅でできる筋力トレーニングとキックボクシングの
ミット打ち（大人だけの参加も大歓迎です）

対象：ファミサポ会員の方、



子育て中の市民の方、

子育て支援に興味のある市民の方

申込み：2月2日（月）~2月25日（水）

（定員8組程度）※申込みが8組を大幅に超えた場合には抽選となります。

申込み方法：電話・メール・ロゴフォーム

※お子様と一緒にご参加できますが保育はありません。
※参加決定者には2月27日（金）に電話かメールでお知らせします。



ファミサポ会員も
そうでない方も
みんな集まれ~



ファミサポってどんな時に利用できるの？

会員にはどうやったらなれるの？

詳しくご説明します。依頼会員に登録希望の方は
ご本人確認証明書をお持ちください。

なわてファミリ - サポ - センタ -
なわてファミリー・サポート・センター

しよなわてしかりやまち
四條畷市雁屋北町6-21

すてっぴ★なわて 3階

TEL 072 (877) 5130

FAX 072 (877) 7371

メールアドレス nawate.famisapo@city.shijonawate.lg.jp

業務時間 月~金、9:00~17:00

