

秋の

ファミリースポーツのつどい

令和6年体力づくり強調月間事業
市民スポーツ啓発事業

家族で一緒に体を動かしてみませんか？

家の中や公園などで、保護者の方とお子様と一緒に体を動かして遊ぶ運動遊びは、基礎的な体力や、動きの発達の向上だけでなく、人間関係やコミュニケーション能力が育まれるなど、お子様の心身の発達に、とても効果的です。

講師の方の指導の下、親子で一緒に体を動かす遊びを行います。家でもできるような内容なので、お子様との遊び方のバリエーションを増やす良い機会として、ぜひ参加してみませんか？

2024 年

10 月 6 日 午前の部 10:30~12:00

午後の部 13:00~14:30

参加
無料

📍 シンコースポーツ体育館・青少年センター競技場
主催：芦屋市

内容

親子ふれあい体操

スカーフやボールを使ってコーディネーショントレーニング♪

なわとびチャレンジ

なわを使って遊んでみよう！ 跳べるようになるかな？

かけっこチャレンジ

おうちの人とどっちが早く走れるか競争しちゃおう！

対象

4～6歳の就学前の子どもと保護者
(必ず子ども1人に対して保護者1人以上の組)

講師

NPO法人アスロン指導員

定員

各部30組
※応募者多数の場合は抽選となります

申込み

web申込 または 裏面申込書を郵送・FAX・メール
※詳細・申込締切などは裏面をご確認ください

令和6年体力づくり強調月間事業・市民スポーツ啓発事業

「秋のファミリースポーツのつどい」

- ・日 時：10月6日（日） 午前の部 10：30～12：00（受付：10：15～）
午後部 13：00～14：30（受付：12：45～）
- ・会 場：シンコースポーツ体育館・青少年センター1F競技場（芦屋市川西町15-3）
- ・定 員：各部30組（※応募者多数の場合は抽選）
- ・対 象：4～6歳の就学前のお子様と保護者（必ず子ども1人に対して保護者1人以上の組）
- ・申 込：QRコードを読み込みの上、お申込みフォームに必要事項をご入力ください。
または、所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、下記へメールかFAXにてお申込みください。
＼お申込みはこちら／
- ・締 切：9月17日（火） 17：00迄
- ・その他：1 会場駐車場の台数に限りがございますので、出来る限り公共交通機関、自転車、徒歩でお越しください。
2 当日は、運動のできる服装でお越しください。
3 当日は、主催者側で傷害保険に加入します。
4 当日は、体育館シューズ（上履き用）となわとび（親子1組に対して1つ）
水分をご用意ください。
※貸出しもありますが、慣れたものをご利用いただくため、なるべくお持ちください。



令和6年体力づくり強調月間事業・市民スポーツ啓発事業

「秋のファミリースポーツのつどい」参加申込書

※子ども1人につき必ず保護者1人以上の組で申し込みください。 ※芦屋市民優先

1 組 目	子 ど も	フリガナ		年齢	希望の時間帯
		名前		歳	午前の部 ・ 午後の部 ・ どちらでも可
	保 護 者	フリガナ		子どもとの関係	
		名前			
	保 護 者	フリガナ		子どもとの関係	
名前					
2 組 目	子 ど も	フリガナ		年齢	希望の時間帯
		名前		歳	午前の部 ・ 午後の部 ・ どちらでも可
	保 護 者	フリガナ		子どもとの関係	
		名前			
	保 護 者	フリガナ		子どもとの関係	
名前					
住 所	〒			連 絡 先	TEL：
					FAX：
					メール：

※FAXでお申込みの方は、必ずスポーツ推進課に到着しているかどうかの確認をお願いいたします。
※個人情報につきましては、当事業以外に使用いたしません。