

令和8年度 下諏訪町公民館の講座

楽しく体を動かす

ムーブメント教育・療法体験講座

ムーブメントって何？ ムーブメントって動くこと！

カラフルで素敵な遊具を使って集まった人たちいろいろな動きを楽しめます。
赤ちゃんから高齢の方まで、障がいのある方もない方もどなたでも参加できます。
この機会にぜひ体験してみてください。



当日は、日本ムーブメント教育・療法協会から認定された
資格を持つ講師がみなさんと動きを楽しみます！
興味のある方は協会のホームページをご覧ください。

3/6

3/20

14:00～16:00

土曜日
全2回

講師 武山 弥生 先生、柳澤 美恵子 先生、古谷 久美子 先生

会場 下諏訪総合文化センター 1階 軽体育室

持ち物 上履き、タオル、飲み物

定員 一般 20名 ※10歳未満の参加の場合、保護者同伴。

受講料 無料 ※事前にキャンセルする場合は3月5日までにお知らせください。

申込方法 ①公民館の窓口にて直接申込み ②電話での申込み ③上記二次元コードでの申込み

受付開始：10月15日（木）9:00～

受付時間：平日9:00～21:00

※先着順受付、定員になり次第締め切りさせていただきます。



※講師の都合または受講者が少人数の場合開催中止になる場合があります

☆申込み・問合せ☆ 下諏訪町公民館（下諏訪総合文化センター内）TEL28-0002・27-1111(717)