



子育てはスポーツだ！



にらちびフェスティバル 2024

# にらちび パパママリンピック

2024年7月20日(土) 10:00~15:00

21日(日) 10:00~15:00

蕪崎市子育て支援センター・ニコリ3階多目的ホール

## 20日 にらちびウェルネス DAY

講師の先生に教わりながら  
親子で身体を動かそう！  
(事前予約制)

応援も楽しいね



## 21日 にらちびパパママリンピック

親子で育児をテーマにした  
オリンピックあそびを楽しもう！  
(競技は事前予約制)

館内では選手村として  
一日お買い物やお食事が楽しめます  
(入館は予約不要です)

競技のご予約は  
こちらから！

QRコードより



イベント詳細は  
チラシ裏面をご覧ください

主催 NPO 法人子育て支援センター ちびっこはうす (蕪崎市子育て支援センター内 0551-23-7676)  
共催 蕪崎市 (株)まあめいく 蕪崎子育て応援団にらぐるみん

# 20日(土) にらちびウェルネス DAY

予約が必要です。(保護者1名につき1講座まで) 参加費は無料です。  
すべての講座でボランティアさんによる見守り・ゆる託児を実施します。

【持ち物】 水分 タオル 運動できる服装と室内用運動シューズ (すべて親子分)

時間	講座内容	講師	対象と定員
10:00~10:40	こどもと!あそびトレーニング お子さんと一緒にいっぱい体を動かそう!	Shiho (公園とパン店長さん)	3歳以上の親子 10組
11:00~11:40	ママのかんたんエクササイズ ストレッチやかんたんエアロです		0~6歳の親子 10組
12:00~12:40	エンジョイリズム体操① バランスボールを使った遊びやリズムダンスです	白畑まりさん (運動遊び教室neige)	3~6歳の親子 10組
13:00~13:40	エンジョイリズム体操② バランスボールを使った遊びやリズムダンスです		3~6歳の親子 10組
14:00~14:40	親子エクササイズ おうちでも楽しめる親子エクササイズです	村松美音さん (美音助産院)	抱っこしていただける 赤ちゃんと保護者様 10組

# 21日(日) にらちびパママリンピック

親子でオリンピックあそびを楽しみましょう!  
競技には予約が必要なものもあります。参加費は無料です。

時間	競技内容	対象	予約	定員
10:00~	開会式 体操	会場にいらっしゃるとなたでも		なし
10:15~	聖火リレー	6月7月のにらちびひろばで トーチを製作した親子		なし
11:00~	ハイハイレース	ハイハイ頃の 赤ちゃんと保護者様	必要	親子20組
12:00~	フライパンリレー	0~6歳のお子さんと 保護者様		親子20組
13:00~	洗濯物くつしたペア探し			親子20組
14:00~	ベビーリフティング			親子15組
14:45~	閉会式	会場にいらっしゃるとなたでも		なし

競技は複数予約してもOKです。開催時間5分前にはアナウンスしますので会場内でお待ち下さい。  
アナウンス時にいらっしゃらない場合、競技にご参加いただけませんのでご注意ください。  
蕪崎市子育て支援センターは、選手村としてお買い物やワークショップを楽しめます。  
選手村は予約不要です。館内では終日お食事も楽しめますのでごゆっくりお過ごしください。