

# 子育てスマイル講座 前期

子育て世代を支援するための4講座です。  
受講を希望する講座を選び、ぜひご参加ください!

申込開始：5月20日(月) 9時(先着順)

## 1 【子育て世代のお金のはなし】

6/26 (水)

10時～12時 定員30人

講師：福岡県金融広報委員会金融広報アドバイザー 桑野 道子氏

子育てにお金ってどのくらいかかるの?お金の貯め時は?  
iDeCo、NISAって?等の疑問にお答えします

## 2 【目指せ美姿勢!「親子で学ぶウォーキングレッスン」】

親子参加可

7/24 (水)

10時～12時 定員20人

講師：一般社団法人プロフェッショナルウォーキング協会インストラクター 杉野 千恵子氏

お子さんの姿勢、自身の歩き方が気になる方に向けたウォーキング  
レッスン。親子で美姿勢目指しませんか?

## 3 【大人も子どもも集まれ! アフリカの音楽体験】

親子参加可

8/7 (水)

10時～12時 定員30人

講師：寺崎 充央氏、障害福祉事業所「フレア」

アフリカンパーカッション奏者の寺崎氏率いる、障害福祉事業所のメン  
バーで結成された「フレア」の皆さまとの音楽交流!  
演奏を聴くのはもちろん、ジェンベ演奏体験もあります

## 4 【腸活で健康子育て「みそ作り」】

9/25 (水)

10時～12時 定員24人

講師：サクラみそ食品株式会社 緒方 健一氏

腸活について学び、無添加みそを作ります。  
手作りみそを自宅に持ち帰り、発酵するまで熟成を待ち完成です!

対象：小・中・高校生の保護者、または子育てに関心のある方  
②、③は保護者同伴で小学生以上の参加可

申込方法：窓口・電話・FAX・電子申請

受講料：無料

材料費：④のみ1,500円(みそ2<sup>キ</sup>。容器代含む)

一時保育：無料、要事前申込 定員5人(未就学児のみ)

場所：北野生涯学習センター本館 久留米市北野町中273-1



↑↑  
電子申請(24時間受付)

【お申し込み・お問い合わせ先】

TEL 0942-78-2308 9時から17時まで  
(土日祝除く)

FAX 0942-78-7283 24時間受付