

育児パパの 運動&交流会

2023

11/11
(土)

～参加費無料～



より楽しい育児をめざそう！

運動で体力づくり&パパ育児話シェア会

対象

0～4歳のお子さまの親子、パパ
プレパパやこれから育児に力を入れたいパパ歓迎！



運動

10:30～11:10

バランスボールで柔軟体操&簡単筋トレ

一社)体力メンテナンス協会認定 バランスボールインストラクター
産後ケアアンバサダー 保育士

Kana

交流会

11:20～11:50

育児についてパパ同士語ろう

福岡パパと赤ちゃんの子育ちラボ 代表 / 保育士 社会福祉士 精神保健福祉士

井田真一



会場

あきほroom (福岡市南区長住3-1-1 2F)

▼予約フォーム

▼インスタグラム



Kana @balaball.kana

井田 @papababy_lab

★ご予約は予約フォームもしくは各講師へ