

【市民活動団体紹介シート】

しまだ  
市民活動  
センター

団体名 **踊る!弾む!母部**

活動内

※イベントの様子など、写真なども活用しながらわかりやすくご記入ください。  
※紹介内容は今年度の活動に限らず、過去の実績でも結構です。「どん



ちよっ汗をかいただけで  
全身めっちゃスッキリしました!!

活動の様子

動画はこちら ↓

子どもが中心の生活。  
自分のための時間が  
うれしかったです。

キツイ!けど  
楽しい!!



子どもも  
のびのび  
過ごせるから  
いつも楽しそう ♪

毎月通っていたら  
生理痛が  
ラクになった  
気がする



行った日は“疲れ度”が断然 かるくて  
家事のスピードが上がります!!

今後の活動予定や募集告知など

※定例活動やイベント情報、メンバー募集などありましたらご記入ください。

毎月2回 10:00 ~ 11:00  
ローズアリーナ軽体操室

いつでも気軽に  
おそびに  
来てね~

団体の問合せ先など以下にご記入ください (公式ホームページへの公開情報となります※任意記入)

団体名 **子育て支援サークル 踊る弾む母部** 代表者 (もしくは担当者) **部長: 松浦ゆに 副部長: 斉木あいか**

所在地 (主な活動場所) **ローズアリーナ** 連絡方法 **公式LINE@ QR**

