

# 元気スマイルキッズ 2018 プログラム内容

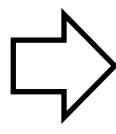
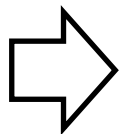
## ①親子で一緒に作ろう！おいしく食べよう！

- 【日 程】 10月13日 ・ 11月17日 ・ 12月8日 ・ 1月19日  
2月16日 ・ 3月9日【土曜日】 ※いずれかの希望日
- 【時 間】 午前9時～正午
- 【場 所】 サンビック尼崎2階料理教室  
〒660-0868 尼崎市西御園町93-2
- 【参加費】 一人 500円(材料費として)
- 【対 象】 運動セミナーに参加した児童とその保護者
- 【定 員】 各10組(20人)
- 【内 容】 親子で栄養バランスのとれた献立を調理し、実食します。  
メニューや作り方は、栄養士が指導いたします！



## ②チャレンジスポーツ教室

- 【期 間】 前期:平成30年10月15日～11月12日(全5回)  
後期:平成30年11月19日～12月 7日(全5回)  
毎週月曜日
- 【時 間】 午後5時～6時(60分)
- 【場 所】 ベイコム総合体育館サブアリーナ  
〒660-0805 尼崎市西長洲町1丁目4-1
- 【対 象】 前期:運動セミナーに参加した児童とその保護者  
後期:運動セミナーに参加した児童
- 【定 員】 各30組
- 【内 容】 トランポリンやボールを使った競技、ニュースポーツなどを行います。前期は、保護者の方もご参加いただきます！
- 【特 典】 体成分測定を実施(見た目では、わからない変化をチェック！)



元気で健康な体に  
変身しよう