

# 子育て講習会

主催：社会福祉法人よいち福祉会

にき保育園 子育て支援拠点おおきな木

入場無料！

仁木町内にお住まいの子育て中の方や出産を控えていらっしゃる方、子育てに関心のある方  
どなたでも参加できます。



## 「お母さんのための簡単ストレッチ」

5月の子育て講習会は、にき保育園のヒップホップダンス教室で指導していただいております。  
Hizz Performance Style 代表 小塚 拓氏を招いて「お母さんのための簡単ストレッチ」を開催します。  
日常の少しの時間を使ってできるストレッチなので「育児疲れのリフレッシュ」にも役立つことでしょう。  
みなさんと一緒に楽しいひと時を過ごしましょう。

講師 Hizz Performance Style

代表 小塚 拓（こづか ひらく）

### 講師紹介

- 2006年にHizzPerformanceStyle(ヒズパフォーマンススタイル)を設立。  
代表としてスクール運営の傍ら、ダンスの楽しさを幼児からお年寄りまで幅広く伝えるため、全道各地を指導して回ってDANCE指導で活躍。
- 2016年根室市よりスタートした「北海道179市町村にHIRAKUが行く！」  
未来「Smile」プロジェクトにて、過去・現在・未来へつなげる1万人の「Smile」を撮影。各市町村でダンスパフォーマンス動画撮影をしてSNSで公開しています。
- 一般社団法人幼少年体育指導士会認定資格「幼少年体育指導士」認定。



と き：令和5年5月16日（火） 9：30～11：30

ところ：地域子育て支援拠点 おおきな木

〒048-2405 北海道余市郡仁木町北町1丁目65番地2

TEL：0135-48-6160 FAX:0135-48-6177

E-meil: nikihoikuen@fruit.or.jp <http://blog.fruit.or.jp/nikihoikuen/>