

# 令和8年度「子育て支援事業」のご案内

主催 (一財) 釧路市民文化振興財団 釧路市交流プラザさいわい

共催 釧路市子育て支援総合センター (むぎゅっと)

9月12日 (土)

10時~11時30分

「子育て中のお母さん対象」

## 「簡単にできる心身健康法」

「心の健康」自律神経の不調を改善しよう！  
「体の健康」背骨の歪みを改善しよう！をテーマに  
専門の整体師さんより、日常の疲れを取りのぞく  
方策を学びます。

講師：整体院トポス 院長 中屋敷 正英氏



10月3日 (土)

13時30分~15時

「子育て中のお父さん対象」

## 「パパの木工教室」

ペーパーコードを編んでお子さんの椅子づくりに  
挑戦してみませんか！

講師：(一財) 釧路市民文化振興財団

釧路市交流プラザさいわい 石塚 久賀



12月5日 (土)

10時~13時30分

「子育て中のお父さん対象」

## 「パパの料理教室」

お子さんのために料理に挑戦してみませんか！

講師：きっさこイペ 加藤 さゆり氏



「各子育て支援事業」の募集開始は開催月の1か月前からとなりますのでホームページ、チラシ等で  
詳細をご確認ください。都合により内容、日程に変更の場合があります。

お問い合わせ

(一財) 釧路市民文化振興財団 釧路市交流プラザさいわい

電話：0154 (64) 9471 (月~土 9時~20時)

釧路市子育て支援総合センター

電話：0154 (65) 9912 (月~土 9時~17時)