

パパの子育てを応援～Woman With Project～ 「大鬼ごっこ&ラン教室」を開催しました

本市では、『Woman With Project』と題し、結婚や子育て経験のある「支えたい人」が、自身の経験を活かして「支えてほしい人」をサポートするリアルなコミュニティづくりに取り組んでいます。12月23日（金・祝）、このプロジェクトの一環として、子育て中のパパを対象にした、「大鬼ごっこ&ラン教室」を、れんげじスマイルホールで開催しました。



「正しい走り方」
のトレーニング



最後は大鬼ごっこ大会。参加者みんなで走り回ります！

講師の中川さんの
話に耳を傾けます



教室は、長距離選手として世界大会に出場した経歴を持ち、現在は浜松市でランニング指導を中心に活動する(株)TOMO RUN 代表の中川智博さんを講師に迎え、20組の親子が参加しました。

まずは正しい走り方のレクチャーから。講師の指導のもと、どうすれば早く走れるかを、親子で一緒にしっかり学びました。

そして最後は、参加者全員での大鬼ごっこ大会！途中でぶつかって泣き出してしまう子もいましたが、どの子も顔に汗をかきながら、フロアの中を所狭しと走り回っていました。

パパにとっても、日ごろの運動不足を解消できるイベントとなりました。

Woman With Project 今後の開催予定

開催日	テーマ	時間	会場
1月17日（火）	年齢を感じさせないママになれる健康&美容エクササイズ	10:00～ 12:00	小杉苑
1月24日（火）	子どもの可能性を伸ばす「ほめ達人（ほめる達人）」講座		
2月7日（火）	《見た目マイナス5キロ》の着こなし術		
2月14日（火）	母が学んでおきたいネットリテラシー講座		

イベントへの
参加申込は

結婚・子育て情報交換サイト「ふじえーる」から
(https://fujiyell.jp/woman_with/)



Woman With Project ランニング・ウイズ・プロジェクト
藤枝市から、新しく始まる女性のためのイベント生活スタート！
→ 来月のイベント申し込み受付開始！ ←



←このバナーが目印です