

参加費無料
保育あり

寝かしつけ上手になる

パパのための ベビーダンス

赤ちゃんの爆睡率92%※!

※一般社団法人日本ベビーダンス協会調べ

赤ちゃんを抱っこしたままリズムに合わせて踊るベビーダンス講座です。

普段忙しくて赤ちゃんとの関わり方がわからないというお悩みをもつ方におすすめです。ベビーダンスなら無理なく楽しく解消できます。ご興味のある方は、どなたでもご参加いただけます。



11月1日

日曜日

10:30

12:00

対象 首が据わった頃からハイハイができるまでの乳児(およそ4か月～7か月程度)と
区内在住・在勤・在学の保護者

定員 15組(要申込・先着順)

会場 エル・ソフィア 3階 第1学習室
※授乳室・おむつ替えスペース あり

申込方法 電話・FAXまたはオンライン申請(足立区HP内)

申込開始 9月28日(月)

申込・問合せ先



足立区男女参画プラザ(多様性社会推進課)

電話: 03-3880-5222(休館日除く平日8:30～20:00受付)

FAX: 03-3880-0133(24時間受付)

*都合により内容の変更、中止になる場合があります。ご了承ください。



こちらからも
お申込ができます。

知ると分かる。すると変わる。



SDGs MODEL ADACHI

ベビーダンスとは

2007年に日本で初めて考案されたペアダンス。大人が抱っこ紐やスリングを使って、赤ちゃんを抱っこしながら踊ります。ダンス未経験者から経験者までが、楽しく一緒に無理なく参加できるダンスです。

赤ちゃんを抱っこしたまま運動もできて、スキンシップでグズっていた赤ちゃんも泣きやみます。親子で一緒に、子育て中の幸せな時間を過ごしましょう。

講師紹介

堀川洋子さん

(一般社団法人日本ベビーダンス協会 インストラクター)

2014年よりインストラクターとして活動、12年目を迎えるベテラン講師。元テーマパークダンサーとしての身体感覚と、三児の母として歩んできた経験を活かし、抱っこから始まる安心と信頼の世界を、親子の時間にお届けしています。



申込方法

電話、FAXまたは足立区HP内のオンライン申請でお申し込みください。

T E L : 03-3880-5222

F A X : 03-3880-0133

足立区男女参画プラザ ベビーダンス

検索 🔍

保育をご利用になる方へ

講座に参加する間、お子さんをお預かりします。

●対象：生後2か月～就学前まで

●定員：5人/要予約

●申込期限：10月21日（水）

会場のご案内

エル・ソフィア 3階 第1学習室

足立区梅田7-33-1

(東武スカイツリーライン「梅島」駅から徒歩3分)



参加申込書 FAX : 03-3880-0133

「パパのためのベビーダンス」11月1日（日）10時30分～12時

参加者名	名前（カタカナ）	年代（当てはまるものに○） 10代・20代・30代・40代 50代・60代・70代以上
	お子さんのお名前（カタカナ） ／月齢： カ月	
お住いの地域	例）足立区梅田 *町名まで	
連絡先	電話番号	メールアドレス
	保育を希望される方は、お子さんのお名前（カタカナ）、年齢をお書きください。 お子さんのお名前 ／年齢： 歳 カ月	

※ご記入いただいた個人情報は、今回の講座の受付以外の目的には使用いたしません。