

「うごく」「まなぶ」「つながる」を（オンライン教室）  
（対面教室）で提供！！

# 『健幸スマイルスタジオ』 はじまります！

ママのための運動・相談・交流が一体となったプログラム。楽しく体を動かし、  
ママ友や行政サービス等とのつながりをつくり、孤立感も解消できます。一緒にリフレッシュしましょう！

## POINT 1

“外出準備不要”  
オンラインで  
お手軽参加

## POINT 2

対面教室の  
開催時間は  
充実の90分

## POINT 3

筑波大学監修！  
科学的根拠に  
基づくプログラム

## POINT 4

子育ての楽しさを  
参加者で共有！

## POINT 5

養成講座を受けた  
講師陣による教室

※保健師・助産師・運動指導者など

## POINT 6

アプリで自分の  
健康を見える化

※9月より開始予定



公式アンバサダー  
関根 勤



公式アンバサダー  
関根 麻里

オンライン教室は  
自宅参加OK

オンライン教室(60分)

対面教室(90分)

\* 飯塚市での対面教室は10月5日(木) 10:00～が初回の開催日です。11月以降毎月1回開催します。場所は飯塚市総合体育館(鯉田 1560-5)です。飯塚市公式ホームページよりお申し込みください。

対象者

- 妊娠中のママ(16週以降)
- 産後2年程度のママ

参加費

月額 550 円(税込)

令和5年9月・10月は無料、11月以降の参加費の一部は健幸ポイントによるポイントバックがあります。令和6年4月から「からだカルテ」システム利用料月額330円(税込)がかかります。

\* 本プロジェクトは、内閣府「戦略的イノベーション創造プログラム(SIP)」によるものです。

主催 / 飯塚市子育て支援課 電話 0948-43-3305 ファクス 0948-21-9508

お申込みは飯塚市公式ホームページ「子育て・教育」→「妊娠・出産」内の「ママ・パパの健康づくり」をご確認ください。



飯塚市公式ホームページ  
「子育て・教育」

教室の情報は飯塚市公式LINEでも発信します。



飯塚市公式LINE

健幸  
Smart Wellness Smile Studio  
スマイルスタジオ