

愛情いっぱい ベビーマッサージ A・B

肌着の上からスキンシップを兼ねたマッサージで赤ちゃんと一緒に楽しみましょう。ヨガやストレッチなどで、産後のお母さんのケアも行います。



- 【日時】10月5日～26日 毎(金)全4回
A) 9:45～10:45
B) 11:15～12:15
【場所】中央本町センター2階 音楽室
【対象】2ヵ月～12ヵ月の赤ちゃんと保護者
【定員】各10組
【料金】各3,000円(保険料80円含む)
【講師】市川 美紀
(保育士・チャイルドボディセラピスト)

和光堂の栄養相談 「ゴックン期から始める食育」

離乳食からのベビーフードと一緒に考えてみませんか？離乳食初期のお子さんをメインとした食育指導に加え、本などでは分かりにくい離乳食の固さや味などを、実際の試食で体験します。



- 【日時】10月2日(火)
13:30～15:00
【場所】中央本町センター2階
レクリエーションホール
【対象】16歳以上
【定員】30名 【料金】無料
【講師】栗田 理恵(和光堂株式会社 栄養士)

わくわくサイエンス 「ペットボトルでミニ水族館を作ろう」

ペットボトルを使ってミニ水族館を作ってみよう。ペットボトルの中に圧力をかけることによって、浮力や浮沈子のしくみを学びます。



- 【日時】9月30日(日)
10:00～12:00
【場所】中央本町センター2階 工作室
【対象】小学生 【定員】15名
【料金】200円(教材費)
【講師】中央本町センター職員

赤ちゃんタッチセラピー 「ふれあってリラックス A・B」

おもちゃ、わらべ歌、手遊びなどを通して、赤ちゃんと楽しくコミュニケーションをとっていきましょう♪



- 【日時】9月21日(金)
A) 9:45～10:45
B) 11:15～12:15
【場所】中央本町センター2階 音楽室
【対象】A) 2ヵ月～6ヵ月の赤ちゃんと保護者
B) 7ヵ月～12ヵ月の赤ちゃんと保護者
【定員】各10組
【料金】各800円(保険料20円含む)
【講師】市川 美紀
(保育士・チャイルドボディセラピスト)

親子ピクスサークル体験 「親子で運動と交流」

童謡やなじみの深い歌にあわせて親子で体を動かします。母親のシェイプアップとママ同士の交流の場にもなります。



- 【日時】9月13日・27日
10月11日 各(木)
10:30～12:00
【場所】中央本町センター2階
レクリエーションホール
【対象】1歳6ヵ月～3歳の子と母親
【定員】10組 【料金】30円(保険料)
【講師】「親子ピクスサークルかるがも」講師

HIP HOP レッスン 「サースデー・ダンシング・キッズ」 「フライデー・ダンシング・キッズ」

第4期HIP・HOP・レッスンは定員を大幅増！さらに木曜日コースを新設！キッズダンス大歓迎です。

- 【日時】★サースデー・ダンシング・キッズ★
9月20日～12月6日 毎(木)
(10/25、11/22除く)全10回
16:00～17:00
★フライデー・ダンシング・キッズAB★
9月21日～12月14日 毎(金)
(10/26、11/9・23除く)全10回
A 16:00～17:00
B 17:00～18:00
【場所】第1学習室(木曜) レクホール(金曜)
【対象】小学生【料金】各5,000円(保険料含む)
【定員】木曜 20名 金曜 各30名
【講師】MANA(区立第四中学校ダンス部講師)

きっと旅に出たくなる。 「簡単！青空スケッチ」

中央本町センター近隣の公園に行き、スケッチの基本を学び、気に入った風景や人物を描いてみましょう！



- 【日時】10月13・20日 各(土)
13:00～15:00 全2回
【場所】青井ふれあい公園(雨天時はセンター内)
【対象】16歳以上 【定員】15名
【料金】1,300円
【講師】古地 八重子(登録団体「絵手紙ふよう花の会」講師)

初めてでも簡単 「アロマスプレー作り」

優しい植物の香りでお部屋をリラックス空間にします。「香りの効能」や「自分に合った香りの選び方」もわかります。作成したスプレーはお持ち帰り頂けます。

- 【日時】10月4日(木) 19:00～20:00
【場所】中央本町センター2階 第1学習室
【対象】16歳以上の女性
【定員】15名
【料金】1,000円(教材費含む)
【講師】外尾 幸恵(看護師・ケアマネージャー&ケアライフスタイリスト)

大人のためのおはなし会 「心に沁みる絵本、詩、短編小説」A・B

大人だからこそ楽しめる絵本や詩、短編小説や昔話など、物語の世界を堪能しませんか？忙しい大人の皆さまに、ゆったりとした時間を楽しんでいただけます。



- 【日時】A) 9月19日(水)
19:00～20:00
B) 9月22日(土)
10:30～11:30
【場所】中央本町センター2階
【対象】16歳以上 レクリエーションホール
【定員】各20名
【料金】無料
【講師】中央本町地域学習センター
やよい図書館 職員

講座 報告

★畳屋さんが教えるコースター作り

7月21日(土) 13:00～16:00 6回

「五反野駅前通り銀座会」さんとの協働講座を初めて開催しました。講師をお願いしたのは野村畳店のご主人の野村さん。低学年の子どもでも作れて、なおかつ家庭で使えるコースターは皆さんの興味もったようでした。41名もの子ども達が夢中になっている姿に野村さんの表情も緩んでいました。今後も子ども達の社会体験の一つになる地域コミュニティの役割を担っていきたいと思います。



★平田農園で農業体験！「じゃがいもの収穫」

6月30日(火) 10:00～12:00



当日は天気に恵まれて約50名の親子がじゃがいもを収穫しました。平田農園さんから畑の案内や収穫方法の説明を受けた子ども達が一所懸命に土を掘りはじめました。保護者の皆さまからも「久しぶりに土を触って良かった」などの声をいただき次回の開催も楽しみにになりました。

