

今月の講座

ママ&ベビー リズムピクス A (全6回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。
1月23日～3月6日(月)
(2月13日除く)
10:15～11:15
対象：10ヵ月～2歳未満の子どもと母親
定員：20組
料金：3,720円

わくわくサイエンス 「カイロを作ろう」



カイロの中身ってなんだろう？ 実際を作って、温かくなる理由を知ろう。
1月22日(日)
11:00～12:00
対象：小中学生
定員：15名
料金：300円

平田農園で農業体験をしよう 「大根の収穫」



野菜畑を見学して、大根の収穫を体験します。
1月15日(日)
※予備日1月22日(日)
10:00～12:00
対象：4歳～小学生の子どもと保護者(1組は保護者含む4名まで) 定員：20組
料金：500円
(3名以上は追加料金)

はつち体操



イスに座ったままでできる筋トレ・脳トレを無理なく行いましょう。
12月7日・21日(水)
13:30～15:00
対象：65歳以上の方
定員：各25名
料金：無料

サズデー・ダンシング！ (全9回)



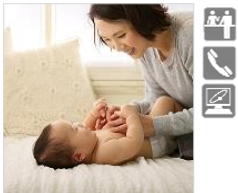
楽しく踊れるダンスチームを作りましょう。
2月2日～3月30日(木)
16:10～17:00
対象：5歳～小学生
定員：20名
料金：5,490円

粘土で作るお菓子なスイーツデコレーション



粘土を使って、かわいい小物に素敵なスイーツをデコレーションしましょう。
1月28日(土)
10:00～11:00
対象：小学生から大人まで
※小学2年生以下は保護者同伴
定員：20名
料金：1,000円

すくすくベビーマッサージ (からだ全身マッサージ)



オイルを使ったマッサージを行い、子どもの免疫システムの向上を図ります。
1月26日(木)
10:30～12:00
対象：3ヵ月～1歳未満の子どもと母親
定員：10組
料金：1,020円

ママ&ベビー リズムピクス B (全6回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。
1月23日～3月6日(月)
(2月13日除く)
11:30～12:30
対象：10ヵ月～2歳未満の子どもと母親
定員：20組
料金：3,720円

小学生プログラミング体験 「パソコンでゲームを作ろう」



ゲームの操作方法も自分で決めます。
2月5日(日)
10:30～12:00
対象：小学生
※小学2年生以下は保護者同伴
定員：15名
料金：1,000円

ウクレレサークル体験講座 (全4回)



ウクレレの魅力をも存分に体験しましょう。
2月4日・11日・18日・25日(土)
14:00～16:00
対象：16歳以上
定員：10名
料金：無料

フライデー・ダンシング！ B (全9回)



楽しく踊れるダンスチームを作りましょう。
2月3日～3月31日(金)
17:00～18:00
対象：小中学生
定員：30名
料金：5,490円

フライデー・ダンシング！ A (全9回)



楽しく踊れるダンスチームを作りましょう。
2月3日～3月31日(金)
16:00～17:00
対象：小学生
定員：30名
料金：5,490円

今月のサロン

当日、気軽に来て参加できるのがサロンの魅力。健康生活、趣味活動、地域交流にぜひ活用ください。

パソコンサロン



パソコンの持込可。インターネットのつながりなどをボランティアの方が丁寧に教えてくれます。
12月2日・9日・16日・23日(金)
19:00～20:30
料金：200円

将棋サロン



発想によってさまざまな勝ち方がある戦法や相手の考えを予測する心理戦などを楽しみましょう。
12月8日・22日(木)
18:00～21:00
料金：200円

健康マージャンサロン



初心者でも大歓迎です。参加者との会話も楽しく、脳の運動をすることができます。
12月7日・21日(水)
17:30～21:00
料金：200円

朗読カフェ



テーマは「海外の作品」。毎月テーマに沿って、参加者による朗読会を行っています。
12月19日(月)
18:00～20:00
料金：無料

サズデー・ダンシング！ (全9回)



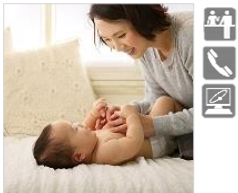
楽しく踊れるダンスチームを作りましょう。
2月2日～3月30日(木)
16:10～17:00
対象：5歳～小学生
定員：20名
料金：5,490円

粘土で作るお菓子なスイーツデコレーション



粘土を使って、かわいい小物に素敵なスイーツをデコレーションしましょう。
1月28日(土)
10:00～11:00
対象：小学生から大人まで
※小学2年生以下は保護者同伴
定員：20名
料金：1,000円

すくすくベビーマッサージ (からだ全身マッサージ)



オイルを使ったマッサージを行い、子どもの免疫システムの向上を図ります。
1月26日(木)
10:30～12:00
対象：3ヵ月～1歳未満の子どもと母親
定員：10組
料金：1,020円

ママ&ベビー リズムピクス B (全6回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。
1月23日～3月6日(月)
(2月13日除く)
11:30～12:30
対象：10ヵ月～2歳未満の子どもと母親
定員：20組
料金：3,720円

絵本でリラックス！ おうちほんの楽しみ方



のぐちりえさんによる保護者向け講座。毎月第2水曜日。お子様連れ可(託児なし)。
12月14日(水)
11:00～11:30

俳句と短歌のサロン



日々の風景や想いを言葉にして詠みましょう。おしゃべりをしながら楽しく参加できます。
12月18日(日)
14:00～15:00
料金：無料

おもちゃの病院



動かなくなった、音が出なくなったお気に入りのおもちゃをトイ・ドクターが修理してくれます。
12月18日(日)
14:00～16:00
料金：無料

ITサロン



パソコンの持込可。ボランティアの方がパソコンにまつわるあなたの悩み・疑問を解決します。
12月10日・24日(土)
14:00～16:00
料金：200円

おはなし会



楽しい絵本の読み聞かせをします。来てね！
12月7日(水)
15:30～16:00

赤ちゃんおはなし会



ママと一緒に絵本を読みます。毎月第3木曜日。
12月15日(木)
1歳半～3歳向け 10:30～10:50 / 0歳～1歳半向け 11:10～11:25

大おはなし会



絵本の読み語りや折り紙、映画鑑賞をします。
12月21日(水)
15:00～16:30

クリスマスおはなし会



クリスマスにちなんだ絵本を読みます。サンタさんが来るかも！
12月14日(水)
15:00～16:00