



☆：子育てパワーアップ講座 ○：乳幼児クラブ
☺：スマイルひろば

[illegible]

❀ 乳幼児クラブ行事❀

《 にこころクラブ 》 10:30~11:00

❀ 5月 8日(木)「手形・足形とり」
❀ 5月 20日(火)「しゃぼんだまあそび」

❀ 5月 15日(木)「ふうせんあそび」
❀ 5月 29日(木)「タオル・ハンカチあそび」



子育てパワーアップ講座

◆申込みは、お電話でもOK!!

ゆる〜くヨガ

5月13日・27日(火) 10:30~11:30

講師：富永 麻由美さん(インド中央政府ニケタン認定 ヨガ療法士)

参加費：乳幼児クラブ会員 500円／一般参加 600円

持ち物：ヨガマットもしくはバスタオル・飲み物(水分補給用)

☆親子でもママだけヨガでもOKです!

♥ 先生のInstagramのアカウントです → @yurukuyoga ♥

ママさんズンバ

5月7日・14日・21日・28日(水) 11:00~12:00

講師：国分 芳江さん(フットセラピストインストラクター・ズンバインストラクター)

参加費：500円

持ち物：うわぐつ・汗ふきタオル・飲み物(水分補給用)

☆若いママさんも先輩ママさんもみんな一緒にLet's Dance♪

フラワー アレンジメント

5月16日(金) 10:30~11:30

今月のテーマ『 グリーンのリース 』

講師：山本 里佳さん(Sakka Flowers「咲花」)

参加費：乳幼児クラブ会員 1500円／一般参加 1600円

(花・オアシス・容器代の材料費1000円を含む)

※ご予約・キャンセルは、前日の午前中までをお願いいたします。

ボディセラピー

5月2日・9日・23日(金) 10:50~12:00

講師：国分 芳江さん(フットセラピストインストラクター・ズンバインストラクター)

参加費：500円

持ち物：ヨガマット(バスタオル)・飲み物(水分補給用)

☆身体のリンパを流してスッキリしませんか?

☆ストレッチで日々の疲れをほぐしていきましょう♪

ベビーマッサージ

5月12日・26日(月) 10:30~11:30

講師：成實 悦子さん(ABMアタッチメント・ベビーマッサージインストラクター)

参加費：乳幼児クラブ会員 500円／一般参加 600円

持ち物：大きめのバスタオル1枚・飲み物(水分補給用)・

お子さんの着替え(必要であれば)

