

★講師の都合などにより、講座の変更等ありますので、参加される方は、ご確認をお願いします。

★有料の講座は、予約の方が優先になりますので当日定員になるとお断りすることがあります。

## 2017年7月

★の講座は予約制です。参加費または材料費がかかります。

## 7月のイベント

月	火	水	木	金	土	日
3 休 ぼかぼか 開催 11:30~	4 フリーサロン	5 フリーサロン	6 フリーサロン	7 フリーサロン	1 休 8	2 休 9
10 休	11 かるがもキッズ と工作しよう& お誕生会 10:30~11:30 ウクレレ講座 10:00~10:30 ☆パッチワーク 13:30~	12 だっこひも& 親子ダンス 10:30~11:00 ☆スマイル ママヨガ 10:00~11:00~	13 骨盤エクササイズ 11:00~11:30	14 フラワー アレンジメント 10:00~10:30	15 休	16 休
17 無料開放日 ★子ども食堂 & チャット♥カフェ	18 脳と心に訴える ワークショップ 13:30~14:30	19 ★初心者フラ 10:00~11:00	20 おはなし会 11:00~11:30	21 ★ベビー マッサージ 10:00~11:00 11:00~ フリーサロン	22 休 ニコニコ フェスタ	23 休
24 休	25 ウクレレ講座 10:00~10:30 バレエストレッチ 11:15~11:45 ☆パッチワーク 13:30~	26 フリーサロン ☆スマイル ママヨガ 10:00~11:00~	27 フリーサロン	28 フリーサロン	29 休	30 休
31 休	毎週火曜日「朝市街道」の地元野菜を販売 しています。 (ほどがや人街文化振興会)		22日(土)10~15 「ほどがや ども ニコフェス2017 保土ヶ谷公会堂 アワーズ・図書館 「ずーといっしょ」 上映会・ども屋台 など			

### ★初心者フラダンス (予約制) 第3水曜日

ステップから始めるフラダンスのクラスです。子供たちは同室で遊びながらママを応援しますよ!!  
参加費 500円パウ貸出 100円

### ★ベビーマッサージ (予約制) 第3金曜日

2カ月~1歳半ぐらいまでの親子が対象です。  
持物 大き目のバスタオル。  
参加費 500円  
10:00~11:00 までは予約の方のみの貸切です。  
11:00~フリーサロンになります。

### 一時預かり付 講座!

お預かりの練習にいかかですか?それぞれ開催場所が違います。(予約制)

☆多 12・26日

スマイルママヨガ教室  
会場:上星川町内会館 2階  
10:00~10:50  
11:00~11:50

参加費 500円  
+星の子利用料  
+預かり 500円

☆多 11・25日

パッチワーク講座  
会場:風の子(西谷)  
13:30~15:00

参加費 600円  
預りのある方はご相談ください。

### ~イベント~ 参加費無料!楽しいよ!!

- ♥ かるがもキッズと工作しよう&お誕生会 (第2火曜日)  
かるがもキッズと楽しい工作や手遊びをして、みんなでお誕生日のお友達とママをお祝いしましょう!!ステキな思い出になる、手形&写真をプレゼント。お誕生日以外の方でも参加できますよ。かわいい衣装も用意してありますよ!
- ♥ ウクレレ講座 (第2・4火曜日)  
パパチャットのメンバーが講師になって、ウクレレをみんなで弾いて楽しめます。この機会に楽器に挑戦しよう!  
落ち物:ウクレレ・貸出有(100円)
- ♥ だっこひも&親子ダンス (第2水曜日)  
なにげなく使っている、だっこ紐。もっと楽につける方法や正しいつけ方を教わろう!最後にはみんなで、ステップを踏んで身体を動かすよ!  
持ち物:だっこひも

- ♥ 骨盤エクササイズ (第2木曜日)  
子どもを産んで緩んでいる骨盤を矯正して、正しい姿勢をとりもどそう!動ける服装できてね!
- ♥ おはなし会 (第3木曜日)  
「読み聞かせボランティアグループ茶々」によるおはなし&手遊びの楽しい時間です!
- ♥ 脳と心に訴えるワークショップ (第3火曜日)  
生活設計の話と毎回素敵で、簡単にできる工作を教わる講座です。こどもの城の元職員がお手伝いします。
- ♥ バレエストレッチ (第4火曜日)  
お昼を食べる前に簡単なストレッチで自分自身のモチベーションをあげましょう!!身体も心もリフレッシュできるよ!
- ♥ フラワーアレンジメント (不定期)  
みんなで、ワイワイしながら生花をアレンジメント  
持ち物:約5cm四方の器 材料費:300円

### サロン情報

#### ~赤ちゃんサロン ぼかぼか~

3日 11:30~15:00  
未就園の親子対象の「ぼかぼか」を開催します。星の子とは別になりますので、施設利用料1回100円/1家族になります。

#### ★上星川子ども食堂

&チャット♥カフェ  
17日 9:30~15:30  
今月のメニューは「カレー」です。大人は200円。こどもは無料。乳児には離乳食を用意します。