

★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8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。

8月のイベント

月	火	水	木	金	土	日
	1 脳と心に訴える ワークショップ 13:30~14:30	2 フリーサロン	3 フリーサロン	4 フリーサロン	5 休	6 休
7 休	8 フリーサロン ☆多パッチワーク 13:30~	9 フリーサロン ☆多スマイル ママヨガ 10:00~11:00~	10 骨盤エクササイズ 11:00~11:30	11 無料開放日 ★子ども食堂 & チャット♥カフェ	12 休	13 休
14 休	15 フリーサロン	16 フリーサロン	17 フリーサロン	18 フリーサロン	19 休	20 休
21 休	22 ウクレレ講座 10:00~10:30 バレエストレッチ 11:15~11:45 ☆多パッチワーク 13:30~	23 フリーサロン ☆多スマイル ママヨガ 10:00~11:00~	24 フリーサロン	25 フリーサロン	26 休	27 休
28 休	29 フリーサロン	30 フリーサロン	31 フリーサロン			

★初心者フラダンス（予約制）
第3水曜日（今月お休み）
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（今月お休み）
2カ月～1歳半ぐら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 9・23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 8・22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。

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）

～イベント～ 参加費無料！楽しいよ！！（今月はお休みの講座あります）

♥ かるがもキッズと工作しよう&
お誕生会

かるがもキッズと楽しい工作や手遊びをして、みんなでお誕生会をしていましたが、8・9月はお休みです。そして、10月からは、リニューアルしますので、新しいお誕生会に変更になりますので、ご期待ください。

♥ 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。（今月は第1火曜日）

♥ 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

プールだよ！！

今月は、星の子はプールになります。ママは外で見守りになるので、日焼け防止を！
持ち物：水遊びパンツ

日焼け止め
タオル・帽子 など

必ずシャワー浴びて、帰りもシャワーを浴びてプールからでましょね！

★上星川子ども食堂

&チャット♥カフェ

11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。