

7/3金・31金

5歳からの  
チアダンス



誰もが楽しく踊れるチアダンスクラスです。初めての方には練習用ポンポンプレゼント。  
参加費 ●1,500円  
時 間 ●15:30~16:20  
講 師 ●君島 典子  
対 象 ●5歳~小学2年生  
持ち物 ●室内履き、飲み物、動きやすい服装  
定 員 ●9名(最少催行人数5名)

7/5日・19日

モーニング  
パークヨガ



公園の緑を心地よく感じながらのびのびとヨガを行います。天候(気温)によっては室内で行います。  
参加費 ●1,000円  
時 間 ●9:15~10:15 講 師 ●ikumi  
対 象 ●どなたでも、お子様づれ可  
持ち物 ●ヨガマットまたはバスタオル、飲み物  
定 員 ●9名

7/6月

親子のためのリトミック

身体全体でリズムを感じ表現することで、音楽感覚や感受性を育てます。  
参加費 ●1,200円(教材費込)  
時 間 ●①10:00~10:40 /1歳半~2歳未満  
②11:00~11:40 /2歳~3歳未満  
講 師 ●藤本 絢香  
定 員 ●各9組  
(最少催行人数各4組)



7/8水

英語で  
おててサイン



親子で英語遊びや話しかけの仕方を、楽しみながら学べます。  
参加費 ●1,500円  
時 間 ●10:30~11:20  
講 師 ●澤 弥由  
対 象 ●3カ月~2歳ぐらいのお子様と保護者  
持ち物 ●いつものベビーちゃんのお世話道具  
定 員 ●9組(最少催行人数2組)

7/9木 タイルクラフト

小さなタイルをデザインして、可愛いインテリアグッズを作ります。  
参加費 ●2,200円(材料費込)  
時 間 ●10:30~12:00  
講 師 ●美登 暎子  
対 象 ●どなたでも、お子様づれ可  
持ち物 ●室内履き  
定 員 ●9名  
(最低催行人数4名)



7/11土 ハーブを楽しむ

間伐材のヒノキのうちわに葉っぱや野菜、植物などのスタンプを押してステキなうちわをつくりましょう  
参加費 ●500円(材料費込)  
時 間 ●10:00~12:00  
講 師 ●藤田 真理子  
対 象 ●どなたでも、親子参加歓迎  
小学2年生までは保護者同伴  
持ち物 ●室内履き  
定 員 ●9名



7/11土

スウェーデン  
刺しゅう



好きな色を選んで、小さくて可愛いブローチを作りながら、基本の技法を学びます。  
参加費 ●2,000円(材料費込)  
時 間 ●13:30~15:00  
講 師 ●五十嵐 富美  
対 象 ●10歳以上、お子様づれ可  
持ち物 ●室内履き  
定 員 ●9名(最少催行人数5名)

7/12日

書道×アート

「書体の成り立ち」を学び、5つの書体を書きます。  
参加費 ●1,500円(材料費込)  
時 間 ●10:30~12:30  
講 師 ●根岸 蝶秋  
対 象 ●どなたでも、親子参加歓迎  
持ち物 ●室内履き  
定 員 ●9名



7/16木 フラダンス

ハワイアン音楽に合わせ笑顔で踊りましょう。  
参加費 ●1,500円  
時 間 ●①15:30~16:30 /大人向け、お子様づれ可  
②16:40~17:30 /4歳~低学年  
講 師 ●アロヒラニ高橋  
持ち物 ●室内履き、動きやすい服装、パウスカートお持ちの方はご持参下さい。  
定 員 ●各9名(最少催行人数5名)



7/18土

樹木の  
葉っぱを探そう



樹木医の先生と一緒にいろんな木の葉っぱを見比べながら、違いを見つけてみましょう!  
参加費 ●1,000円  
時 間 ●10:00~12:00  
講 師 ●菊地 仁司  
対 象 ●どなたでも、お子様づれ可  
持ち物 ●歩きやすい服装、飲み物  
定 員 ●9名(最少催行人数2名)

7/19日 レカンフラワー

綺麗な自然色の乾燥花を楽しむことができるフラワーアートです。7月は「メッセージカード」を作ります。  
参加費 ●2,000円(材料費込)  
時 間 ●10:00~12:00  
講 師 ●yuki花  
対 象 ●どなたでも、お子様づれ可  
持ち物 ●室内履き  
定 員 ●9名



7/20月

親子  
エクササイズ

親子で一緒にからだを動かしましょう。  
参加費 ●800円  
時 間 ●10:00~11:00  
講 師 ●鈴木 めゆ  
対 象 ●乳幼児とそのお母さま  
持ち物 ●動きやすい服装、飲み物  
定 員 ●9名



7/25土

ウクレレを楽しむ



参加費 ●1,500円 ※ウクレレ貸出/500円(数量限定、先着順)  
時 間 ●①10:30~12:00/初めての方  
②13:00~14:30/リピーター、経験者  
講 師 ●望月 和介  
対 象 ●①②どちらも小学生以上、お子様づれ可  
持ち物 ●室内履き、ウクレレお持ちの方はご持参下さい。  
定 員 ●各9名(最少催行人数各5名)

7/26日

オリジナル食器作り

真っ白な食器を自分好みにデザインしてオリジナル食器を作ります。絵が苦手な方でも大丈夫です。7月は「グラス」を作ります。  
参加費 ●2,000円(材料費込)  
時 間 ●10:00~12:00  
講 師 ●姫田 真帆  
対 象 ●小学生以上、お子様づれ可  
持ち物 ●室内履き  
定 員 ●9名



7/27月 ボディメイク

毎回引き締め部位を決めて、集中的にトレーニング。カリスマコーチが楽しく指導。7月の部位は二の腕。  
参加費 ●800円  
時 間 ●10:00~11:00  
講 師 ●堀江 恭子  
対 象 ●どなたでも、お子様連れ可  
持ち物 ●室内履き、動きやすい服装、飲み物  
定 員 ●9名

