

1/7 木
**おやこ
産後ヨガ**



お子さまと一緒に産後の身体を整えましょう。ママ友との交流もお楽しみの時間です。
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、大きめバスタオル、飲み物
定員 ● 9組

1/10 日
**かきぞめ
教室**



心に効く書道をお気軽に体験してください。親子でのご参加をお待ちしております。(学校課題対応可)
参加費 ● 1,500円
時間 ● 12:30~14:00
講師 ● 根岸 蝶秋
対象 ● 4歳から大人、親子参加大歓迎
持ち物 ● 道具貸出・お手本付(ご自身の道具持参可)
定員 ● 6名(最少催行人数2名)

1/10 日
**かけっこ
教室**



親子で楽しく学ぶかけっこ教室。
参加費 ● 1,000円
時間 ● ①10:00~11:00 / 小学1~6年生
②11:00~12:00 / 5~7歳のお子様と保護者
講師 ● Team Accel
持ち物 ● 運動できる服装、シューズ、飲み物
定員 ● ①25名 ②20組

1/13 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 ● ①10:30~11:20
②11:40~12:30
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)

1/15 金・29 金 2/12・2/26 3/5・3/19
**5歳からの
チアダンス** 全6回



1月生募集します！初心者のかたでも参加できる、続けてレッスンを受講できる講座です。
参加費 ● 9,000円(全6回分)
時間 ● 15:15~16:05
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 ● 15名(最少催行人数5名)

1/16 土・30 土
**アロマで
フラダンス**



アロマが香る中でフラを踊りましょう。簡単なハワイ語も覚えられます。
参加費 ● 1,500円
時間 ● ①10:00~10:50
②11:10~12:10
講師 ● アロヒラニ高橋
対象 ● ①4歳~低学年 ②大人
持ち物 ● 室内履き、飲み物、パウスカート
お持ちの方はご持参下さい。
定員 ● 各15名(最少催行人数5名)

1/17 日・24 日
**モーニング
パークヨガ**



朝ヨガをはじめませんか。天候により屋内か屋外での開催となります。
参加費 ● 1,000円
時間 ● 9:30~10:30
講師 ● ikumi
対象 ● どなたでも、お子様連れ可
持ち物 ● ヨガマットか大判バスタオル・飲み物・汗拭きタオル
定員 ● 10名

1/17 日
**冬の樹木に名札
をつけよう**



葉っぱを落とす季節にも公園の樹木に素敵な名札をつくってあげよう！
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、お子様連れ可
持ち物 ● 室内履き
定員 ● 9名

1/17 日
**レカン
フラワー**



綺麗な自然色の乾燥花などを小さな額に飾ります。1月は「お花のミニBOX」を作ります。
参加費 ● 2,800円(材料費込)
時間 ● 10:00~12:00
講師 ● yuki花(ユキカ)
対象 ● どなたでも、お子様連れ可
持ち物 ● 室内履き
定員 ● 6名

1/18 月
**親子の
ためのリトミック**



季節や身近なテーマを取り入れながら、音楽感覚だけでなく、感受性、表現力、想像力、集中力などを育みます。
参加費 ● 1,200円
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3組)

1/19 火・26 火
親子英会話 全2回



月別テーマに沿って、アルファベット、英単語、英会話、英語の歌に親子で楽しく親しむクラス。
参加費 ● 4,000円(全2回分)
時間 ● 15:45~16:30
講師 ● 澤 弥由
対象 ● 3~6歳の未就学児童と保護者
2回継続して受講できる方
持ち物 ● 動きやすい服装
定員 ● 5組(最少催行人数2組)

1/23 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、お子様連れ可
持ち物 ● 筆記用具、ウクレレ
定員 ● 15名(最少催行人数各5名)

1/23 土
**オリジナル
食器作り
~ポーセラーツ~**



可愛い柄の転写シールを貼ってオリジナル食器を作るクラフトです。1月は13cm正方形皿を作ります。
参加費 ● 1,500円(材料費込)
時間 ● 10:00~12:00
講師 ● 姫田 真帆
対象 ● 小学生以上、お子様連れ可
持ち物 ● 室内履き
定員 ● 6名

1/24 日
**ハーブ
&クラフト**



「葉っぱや野菜のスタンプで作るエコバッグ」
2021年の始まりにオリジナルのランチトートバッグを作しましょう。
参加費 ● 800円
時間 ● 10:30~12:00
講師 ● 藤田 真理子
対象 ● どなたでも
小学2年生までは保護者同伴
持ち物 ● 室内履き
定員 ● 9名

1/25 月
**大人の
筋トレ**



筋トレ、ストレッチ、有酸素運動をバランスよく取り入れ、理想の自分をめざしましょう。
参加費 ● 800円
時間 ● 10:00~11:00
講師 ● 堀江 恭子
対象 ● どなたでも
持ち物 ● ウォーキングシューズ、動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル
定員 ● 10名

1/31 日
**大人も
楽しめる花育**



春一番に咲く花木が沢山出回る時期。花木を使ってガラスの器でアレンジ風に飾ってみよう。
参加費 ● 1,500円
時間 ● 10:30~12:00
講師 ● 大津 聖子、小林 康子
対象 ● どなたでも、小学生2年生以下は保護者同伴
持ち物 ● 室内履き、お持ち帰り用の袋
定員 ● 9名