

広町みらい公園 令和5年12月イベント情報 イベント・講座のお申込みは、下をご覧ください。

12/1(金)・22(金)
5歳からのチアダンス
 初心者の方でも参加できる、1回ずつでも続けてレッスンを受講できる講座です。
 参加費●1,500円(1回)
 時間●15:30~16:20 講師●若島・黒武者
 対象●5歳(年中)~小学1年生
 ※4歳でも年中さんは参加可能
 持ち物●室内履き・ポンポン・飲み物・動きやすい服装
 ※初参加の方にはポンポンの販売有(880円)
 定員●15名(最少催行人数3名)

12/2(土)・9(土)
笑顔でおどる ケーキ作り
 フラダンスは最初に笑顔のレッスンをほど笑顔が大切です。自分もまわりも笑顔にするフラを一編におどりましょう！
 参加費●1,500円 時間●10:00~10:50
 講師●アロヒラ二高橋 対象●年少~低学年
 持ち物●バウスカート(フリースカート)・飲み物・室内履き(バレエシューズ等)
 定員●20名

12/2(土)
ポーセラーツ
 クリスマス柄の転写シールを貼ってクリスマスツリー型もしくは星型の食器を作りましょう。
 参加費●2,600円(材料費、焼成費込)
 時間●10:00~12:00
 講師●佐田 真帆
 対象●どなたでも、小学2年生以下は保護者同伴
 持ち物●室内履き 定員●8名

12/3(日)・17(日)
朝ヨガ
 気持ちのいい朝の時間を過ごしませんか。
 参加費●1,500円
 時間●9:30~10:30
 講師●土岐いくみ
 対象●初心者から
 ※お子様連れ可(おひとりまで)
 持ち物●ヨガマット・飲み物
 定員●10名

12/3(日)
女性のための美ヨガ
 女性特有のお悩みに特化した内容でテーマは毎月変わります。今月のテーマ:肩と背中…すっきりとした後ろ姿は周りに元気な印象を与えます。肩こりでお困りの方もぜひどうぞ！
 参加費●1,500円 時間●10:50~11:50
 講師●土岐いくみ 対象●女性限定
 持ち物●ヨガマット・飲み物 定員●8名

12/3(日) かきぞめ教室
 「全書庄」の書初め手本を使って令和6年書初大会に出展してみよう。初心者・経験者・親子参加歓迎(学校課題対応可)
 参加費●3,500円(教材・道具貸出)
 時間●14:45~16:15
 講師●根岸 慶秋 対象●4歳から大人
 持ち物●道具貸出・お手本付(ご自身の道具持参可)・室内履き
 定員●8名(最少催行人数2名)

12/4(月)
新おやこ産後ヨガ
 ヨガで身体がととのうのはもちろん、ママ友作り、子育て情報交換の場でもあり子育て中の方にとってもおすすめの講座です。
 参加費●500円 時間●10:00~11:00
 講師●鈴木 めゆ
 対象●乳幼児とお母さま
 持ち物●動きやすい服装・大きめバスタオル・飲み物
 定員●16組

12/5(火)・12(火)・19(火) 全3回
親子で英語であそぼう!
 各月のテーマに沿った単語、フレーズ、歌を英語で楽しみましょう。身体を動かしながらのアクティブな英語時間です。
 参加費●6,000円(全3回分)
 時間●15:50~16:35
 講師●高橋 ゆうこ
 対象●3~6歳の未就学児童と保護者(3回連続して受講できる方)
 持ち物●動きやすい服装
 定員●6組(最少催行人数3組)

12/9(土)・23(土)
ポタジェ定例会
 広町みらい公園のボランティア登録している方限定イベントです。雨天の時は室内でクラフトワークをします。(実費500円)
 参加費●無料 時間●13:00~14:30
 対象●当公園ボランティアに登録されている方(未登録の方は事前登録必須)
 持ち物●帽子・飲み物・軍手
 定員●9組
 ※保護者1名につきお子様1名まで

12/16(日)
ウクレレを楽しむ
 手軽に始められて奥が深いウクレレは今とても人気のある楽器です。
 参加費●1,500円
 ※ウクレレ貸出500円(数量限定、先着順)
 時間●①10:00~11:30/初めての方
 ②12:00~13:30/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・室内履き
 定員●各15名

12/16(日) かけっこ教室
 プロのコーチに速く走るコツを楽しく学ぼう。雨天の時は室内でトレーニングします。
 参加費●1,000円
 時間●①10:00~11:00 /小学1~6年生
 ②11:10~12:10 /5~7歳のお子様と保護者
 講師●チームアクセル
 持ち物●運動できる服装・シューズ・飲み物
 定員●①10名 ②5組

12/17(日) 大人も楽しめる花育①
 人気のお正月アレンジ。手作りアレンジを飾って素敵なお正月を迎えましょう。(アーティフィシャルフラワーほか)
 参加費●2,500円 時間●10:30~12:00
 講師●日比谷花壇スタッフ
 対象●どなたでも、小学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●7名

12/17(日) 大人も楽しめる花育②
 オリジナルお正月しめ縄飾りを作りましょう。(アーティフィシャルフラワーほか)
 ※しめ縄の直径18cm
 参加費●2,500円 時間●13:00~14:30
 講師●日比谷花壇スタッフ
 対象●どなたでも、小学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●7名

12/17(日) 工作の時間
 『お菓子なツリーをつくらう』年末恒例企画
 駄菓子のツリーをつくるよ。
 参加費●1,500円(材料費込)
 時間●13:30~14:30
 講師●寿老沢 一仁
 対象●5歳~どなたでも
 ※小学2年生以下は保護者同伴
 持ち物●室内履き 定員●24名

12/25(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●ひよこクラス10:00~10:40 /1歳半~2歳半未満
 こりりクラス11:00~11:40 /2歳~4歳未満
 講師●藤本 尚香 定員●各9組

イベントのお申込みは公園ホームページから11/15(水)より受付 www.nakano-hiromatimirai.jp からネット予約できます。メールアドレスをお持ちでない方はお電話03-6382-6072、公園窓口にて受付もおこなっております。最少催行人数に達しない講座は中止となる場合があります。

楽しく学べる公園 広町みらい公園 Hiromachi Mirai Park

みらいのね通信

2023年10~12月号

イベント情報

お申込みは9/15(金)~、詳細はHPをご覧ください。

10/4(水)・11/15(水)
NEW お子さま向け「ほしのおはなし会」

時間●14:00~14:30
 なかのZEROプラネタリウムの解説員が、小さなお子さま向けに、星空の映像をながめながら、楽しくおはなしをします♪

10/20(金)「おやすみ瞑想ヨガ」
 ~自己肯定感を高めるヨガニドラー(自分を満たし深いリラクゼーションを届ける)~

眠りヨガとも言われるリラクゼーションヨガです。30分のヨガニドラーで2時間熟睡したのと同じリラクゼーション効果を得ることができ、体だけでなく脳疲労まで効果的に回復させてくれます。参加者にはミニプレゼント付。
 参加費●2,000円 時間●19:30~20:30
 講師●土岐いくみ
 持ち物●ヨガマット不要・体を覆うブランケットやタオル1枚(必要な方のみ、お持ちいただくとリラクゼーション効果が高まります)
 定員●8名(どなたでも)

12/10(日)「みんなdeクリスマス会」

●ウクレレクリスマス~発表会~
 月に1回、ウクレレ講座を楽しんでいる皆さまの演奏を発表します。出演者はまだまだ募集中!一緒に演奏を楽しみたい方はぜひ講座にご参加ください♪
 ※発表会出演希望の場合は11月までの講座にご参加いただく必要があります。

●冬の星空のおはなし~☆クリスマスのおほしさま☆~
 なかのZEROプラネタリウムの解説員が、クリスマスにまつわるお話を、星空の映像をながめながら小さなお子さま向けに楽しくおはなしします♪

そのほか楽しいイベントをご用意しております。皆さまお誘いの上、ご来園ください!お申込みは11/15(水)~、詳細はHPをご覧ください。

10/22(日) 中野区立南台図書館連携「読み聞かせの会」

時間●14:00~15:00~16:00~
 大人気!南台図書館スタッフが絵本の読み聞かせを行います。本の貸出も行いますので、利用者カードをお持ちの方はご持参ください。

お申込後のキャンセルは体験学習センター管理事務所までお電話くださるようお願いいたします。

お申込みはホームページから www.nakano-hiromatimirai.jp

中野 広町みらい公園 東京都中野区弥生町6-1-7 区立 広町みらい公園 ☎03-6382-6072

