

## 赤ちゃんタッチセラピー ～ふれあい遊びでリラックス～A・B

おもちゃ、わらべ歌、手遊びなど…  
いろいろなふれあい遊びを通して、  
赤ちゃんと楽しくコミュニケーションをといましょう♪



【日時】5月18日（金）

A) 10:00～11:00

B) 11:20～12:20

【場所】中央本町センター2階 音楽室

【対象】A) 2ヶ月～6ヶ月の赤ちゃんと保護者

B) 7ヶ月～12ヶ月の赤ちゃんと保護者

【定員】各10組

【料金】800円（保険料20円含む）

【講師】市川 美紀（チャイルドボディセラピスト  
・保育士）

## インドカレー店に行って 「親子でナン作り」に挑戦！A・B

親子で、家庭では難しい  
ナン作りを体験しましょう！  
今回はお好きな食材を持参いただき、  
自分だけのオリジナルナンを作ります。



【日時】A) 4月21日 土曜日  
B) 4月28日 土曜日  
15:00～16:30

【場所】BINITA 青井店

【対象】4歳～小学生の子と保護者

【定員】各10組

【料金】1300円

（大人と子ども合計3名まで可。大人1名  
800円追加、子ども1名500円追加）

【講師】BINITA青井店

## チャレンジ子ども工作教室 「イースターの卵を作ろう」

紙粘土で卵を作って、  
折り紙やシールなどで  
飾り付けをします。  
イースターにまつわる  
お話を読むのでお楽しみに！



【日時】4月15日（日）

13:30～15:00

【場所】中央本町センター2階 工作室

【対象】4歳～小学生

【定員】20名

【料金】300円

【講師】中央本町地域学習センター職員

## フライテー・ダンシング・キッズ HIP HOP レッスン！

金曜夕方、踊る小学生、大募集！  
毎回楽しいレッスンをおこない、  
かっこいいダンスチームを目指そう！  
初心者大歓迎です。



【日時】4月20日～6月29日 毎（金）  
(\*5/4除く)

16:30～17:30 全10回

【場所】中央本町センター2階 レクホール

【対象】小学生 【定員】30名

【料金】5,000円（保険料100円含む）

【講師】MANA（区立第四中学校ダンス部講師）

# ちびっこ・こども体操

「わんぱく体操 幼児／小学生コース」から名前が変わりました！

【日時】5月8日～7月17日 毎（火）全11回

15:30～16:30（ちびっこ体操）

16:40～17:40（こども体操）

【場所】中央本町センター1階 体育館

【対象】ちびっこ体操 4歳～未就学児

こども体操 小学生 【定員】各40名

【料金】各 3,575円（保険料110円含む）

【講師】フィットネス指導者連絡会

～応募方法について～

受付方法：往復ハガキ（郵送又はセンター窓口にて）

受付期間：4月1日～15日必着

お申込先：中央本町地域学習センター ○○○体操室

あて先：〒121-0011 足立区中央本町3-15-1

記入事項：①教室名 ②参加者名（漢字とフリガナ）③性別

④子の生年月日、年齢 ⑤電話番号

※返信面は何も記入しないで、表にお客様の氏名、住所を記入してください。

## 楽しく親子体操A B

【日時】5月11日～7月13日 毎（金） 全10回

A) 9:40～10:40

B) 10:50～11:50

【場所】中央本町センター1階 体育館

【対象】2～3歳の子と保護者 【定員】各35組

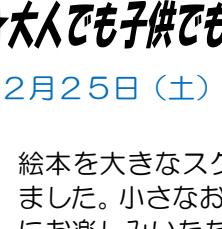
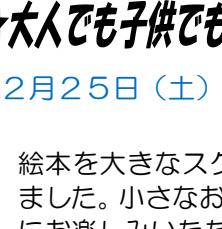
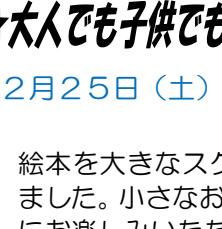
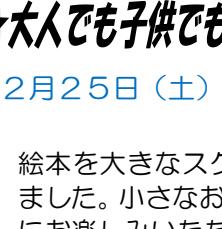
【料金】5,250円（保険料200円含む）

【講師】フィットネス指導者連絡会

親子で一緒に楽しく運動！  
コミュニケーション、友達づくり、  
体力づくりに最適！



# 講 座 告 白



### ★大人でも子供でも楽しめる プロジェクター朗読劇

2月25日（土） 講師：やよい図書館・中央本町  
地域学習センター職員



絵本を大きなスクリーンに映し出して朗読劇を行いました。小さなお子様から大人の方まで、21名の方にお楽しみいただきました。



### ★和光堂の栄養相談「ゴックン期から始める食育」

3月6日（火） 講師：栗田 理恵（和光堂 栄養士）

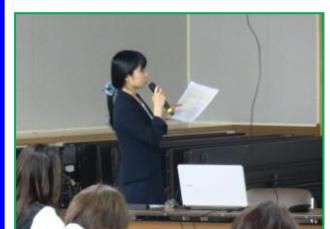


赤ちゃん連れのお母様を中心に20組ご参加をいただきました。離乳に関する講義の後、6品の離乳食メニューをみなさままで試食しました。質問コーナーではみなさまの様々な疑問に講師が丁寧にお答えしました。



### ★サプリを学び「サプリメントアドバイザー」を目指そう

3月1日～15日 毎（木） 講師：萩原 幸子



野菜の栄養が減少している今、サプリメントはうまく活用すればとても役に立つものです。本講座は栄養素の基礎から学習し、正しいサプリメントの選び方、より深く学習したい方には、サプリメントアドバイザーになるための学習・受験方法などの講義を行いました。

