

あだち再生館「ペットボトルモンスター」 スイーツデコ「スマイルクッキー」

再生館：環境の話を聞いた後に、ペットボトルの工作をしよう！！スイーツデコ：誰でも簡単に作れるスマイルクッキー作り！！

【日時】再生館：3月16日（日）
10:30～12:00
スイーツデコ：3月15日（土）
10:00～11:00
【場所】再生館：第1学習室 デコ：工作室
【対象】再生館：小学生 デコ：3歳～小学生
【定員】再生館：15名 デコ：16名
【料金】再生館：無料 デコ：900円
【講師】再生館：あだち再生館職員
デコ：清水のりこ

子ども向け英会話 「みんなでイースター」

「イースター」って知ってる？ 外国ではイースターをお祝いして街中が華やかになります。歌や絵本でイースターと英語を勉強しよう♪

【日時】3月27日（木）・28日（金）
A) 10:30～11:20
B) 11:30～12:20
【場所】中央本町センター2階 教養室
【対象】A) 3歳～小学1年生
B) 小学2～6年生
【定員】各10名 【料金】1,600円
【講師】山田洋子

子ども仮装大会と十一中学校 マーチングバンドのパレード

仮装をして四家交差点付近から五反野駅前のルートを十一中学校マーチングバンドとパレードをして、仮装大会に参加しよう。

【日時】3月22日（土）
13:00～15:00
【場所】ツクイ足立弘道前
(準備が必要な方は中央本町センター2階レクホールをご利用ください)
【対象】4歳～小学生（保護者付添可）
【料金】無料 【定員】100名

胎児のための「ミニ童謡コンサート」 1歳から6歳「リトミックと演奏会」

童謡：おなかの赤ちゃんとママ向けのミニコンサートです。リトミック：演奏に合わせて親子でお遊戯をしたり、ピアノの生演奏です。

【日時】童謡：3月29日（土）
13:30～14:30
リトミック：3月31日（月）
A) 10:00～11:00
B) 11:15～12:15
【場所】中央本町センター2階 レクホール
【対象】童謡：妊娠中期～後期の方、その家族
リトミック：1歳～6歳
【料金】童謡：200円 リトミック：500円
【講師】童謡：山本健二（日本童謡の会理事）
リトミック：野村玲子

わくわくサイエンス 「つくばエキスポセンターへ行こう」

科学の集大成 「つくばエキスポセンター」と明治みるく館を見学します。バスを使って、みんなで楽しい遠足だ！！

【日時】3月28日（金）
9:00～17:00
【場所】つくばエキスポセンター、みるく館
【対象】小中学生（小学2年生以下は保護者同伴）
【料金】子ども）2,250円
大人）2,550円
【定員】40名 【講師】中央本町センター職員

行政書士・宅建試験対策 「早分かり講座」

国家資格の行政書士・宅建合格にむけて解答テクニックや過去問題対策の学習方法をアドバイス！ 初日に無料ガイダンスを行います。

【日時】4月5日～7月5日 毎（土）
行政) 13:00～14:30
宅建) 14:40～16:10
【場所】中央本町センター2階 工作室
【対象】16歳以上 【定員】16名
【料金】各28,000円
【講師】藤田和幸（国家資格研修センター所長）

すくすくベビーマッサージ

オイルを使ったベビーマッサージを行います。マッサージをしながら参加者同士の交流を図りママたちのネットワークを広げます。

【日時】4月1日（火）
10:00～12:00
【場所】中央本町センター2階 音楽室
【対象】3ヶ月～1歳未満の赤ちゃんと保護者
【定員】10組 【料金】1,000円
【講師】田中裕子
(ベビーマッサージインストラクター)

キッズビクス

音楽に合わせて踊って、リズム感を身につけましょう！！ 今年からは3歳から未就学児のコースのみになります。

【日時】4月5日～5月31日 每（土）
(4月19日、5月3・17日除く)
【場所】中央本町センター1階 体育館
【対象】3歳～未就学児
【定員】40名
【料金】1,860円
【講師】藤井弘美

サーステー・ダンシング！ HIP HOPレッスン

プロダンサーMANAのもとで、基礎からダンスを始めてみませんか？ 木曜日は5歳～小学生のコースと中学生以上のコースです。

【日時】4月10日～6月26日 每（木）
小学生）16:10～17:00 (5月1日除く)
一般) 19:00～20:00
(4月17日、5月1・15日、6月19日除く)
【場所】中央本町センター2階 第1学習室・レクホール
【定員】各20名
【対象】小学生：5歳～小学生 一般：中学生以上
【料金】小学生：5,500円 一般：4,000円
【講師】MANA

フライテー・ダンシング！ HIP HOPレッスンA・B

金曜日のコースは小学生のダンスコースが2つです。ダンスの基礎からしっかり学んでいきます。

【日時】4月11日～6月27日 每（金）
(5月2日除く)
A) 16:00～17:00
B) 17:00～18:00
【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】5,500円 【講師】MANA

パパ・ママ親子ビクス

子どもと一緒に体を動かしましょう。子どもの運動神経は体を動かすことにより、発達します。パパ・ママどちらも大歓迎です。

【日時】4月12・26日、5月10・24日
6月7・21日、7月5・19日
10:30～11:30 隔週（土）
【場所】中央本町センター2階 レクホール
【対象】2～3歳児と父親または母親
【定員】25組 【料金】4,360円
【講師】フィットネス連絡会

ママビクス0歳A・B / 1歳

赤ちゃんと体を動かしながら、産後の体を引き締めます。赤ちゃんと楽しく、リズムに乗りながら動きましょう。

【日時】4月21日～5月26日 (5月5日除く)
0歳A：9:45～10:45
0歳B：12:45～13:45
1歳：11:00～12:00 毎（月）
【場所】中央本町センター2階 レクホール
【定員】各20組 【料金】2,725円
【講師】フィットネス連絡会