

今月の講座

はじめての子どもダンパレ教室 B (全4回)



子ども向けのモダンバレエレッスンです。
9月5日～26日(火)
午後4時50分～6時
対象：小学4～6年生
定員：10人
料金：5,000円

はじめての子どもダンパレ教室 A (全4回)



子ども向けのモダンバレエレッスンです。
9月5日～26日(火)
午後3時50分～4時30分
対象：5歳～小学3年生
定員：10人
料金：5,000円

みんなで唄あう 相撲甚句会 サークル体験 (全2回)



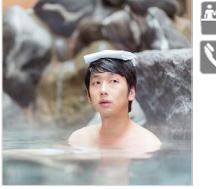
相撲甚句の歴史を知り、一緒に唄いましょう。声の出し方などを学びます。
9月4日・18日(月)
午後1時30分～3時
対象：16歳以上
定員：10人
料金：無料

小学生のDIY教室 「工具を使ってみよう」



工具の使い方を学び、自分の作りたいものを木材でつくります。
9月3日(日)
午前10時～正午
対象：小学生
定員：20人
料金：200円

銭湯若松湯でお仕事体験 「掃除と一番風呂のマナー」



営業時間前の銭湯を貸し切って、お風呂掃除をし、入浴マナーを学びます。
8月19日(土)
午前11時～正午
対象：小学2～6年生の男子
定員：10人(保護者同伴可)
料金：310円
(3人以上追加料金)

インドカレー店 BINITA で 「アイスクリーム・ナン」焼きに挑戦



持ち寄った具材とアイスでオリジナルナン作り。
8月12日(土)
午後3時～4時30分
対象：4歳～小学生の子どもと保護者
定員：10組(1組3人まで)
料金：1,400円
(3人以上追加料金)

たいあんでお仕事体験 「特製たい焼き作り」



たい焼きの生地作りから焼くまでを体験します。
8月7日(月)・8日(火)・9日(水)・10日(木)いずれか1日
午後1時～1時25分/午後1時30分～1時55分/午後2時30分～2時55分
対象：65歳以上の方
定員：各25人
料金：無料

はつらつ体操



イスに座ったままできる筋トレ・脳トレを無理なく行いましょう。
8月2日・16日(水)
午後1時30分～3時
対象：65歳以上の方
定員：各25人
料金：無料

親子で楽しく知育 「体操deあそぼ」(全6回)



マット運動やかけっこで基礎運動能力を養います。
9月22日～10月27日(金)
午前10時～11時
対象：2～3歳の子どもと保護者
定員：35組(子ども2人まで)
料金：3,720円
(3人は4,440円)

ボールペン字上達講座 (全6回)



ボールペン習字の技術・知識を丁寧に学べます。講師による個人指導です。
9月8日～10月13日(金)
午後7時～8時30分
対象：16歳以上
定員：25人
料金：4,080円

わいわいエアロビクス B (全8回)



軽快な音楽とともに運動不足を解消しましょう。
9月6日～10月25日(水)
午前9時30分～10時40分
対象：16歳以上
定員：25人
料金：4,080円

わいわいエアロビクス A (全8回)



軽快な音楽とともに運動不足を解消しましょう。
9月6日～10月25日(水)
午前9時30分～10時40分
対象：16歳以上
定員：25人
料金：4,080円

ヘアサロン BAGUS でお仕事体験 「ヘアアレンジとロッド巻き」



美容室を貸し切り、ロッド巻きでパーマ練習。
8月24日(木)、25日(金)のいずれか1日
午前9時～10時30分
対象：5歳～小学6年生(就学前の子どもは保護者同伴)
定員：各8人
料金：各1,000円

すくすくベビーマッサージ (あんよ集中マッサージ)



オイルを使ったマッサージを行い、子どもの免疫システムの向上を図ります。
9月12日(火)
午前10時30分～正午
対象：3ヵ月～1歳未満の子どもと母親
定員：10組
料金：1,020円

親子で行く 「足立清掃工場見学ツアー」



家で出たゴミはどのように処理されるの？清掃工場の裏側を見学します。
8月22日(火)
午前10時30分～正午
対象：3ヵ月～1歳未満の子どもと母親
定員：10組
料金：20円(保険料)
(3人は30円)

7月26日(水)から募集開始

申込方法：窓口・電話・インターネット(一部除く)
受付時間：午前9時～午後8時(窓口・電話)
午後1時～(インターネット)
問合せ：TEL 03-3852-1431

各講座のイメージ画像右をご確認ください。

窓口 電話 インターネット

ママリズムピクス(ひよこ組) (全9回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。
9月25日～12月4日(月)
(10月9日、11月13日除く)
午前11時30分～午後0時30分
対象：3ヵ月～10ヵ月の子どもと母親
定員：20組
料金：5,580円

ママリズムピクス(こどこ組) (全9回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。
9月25日～12月4日(月)
(10月9日、11月13日除く)
午前10時15分～11時15分
対象：10ヵ月～2歳未満の子どもと母親
定員：20組
料金：5,580円

大人の農業体験教室「初めての秋冬野菜作り」(全4回)



種まきから収穫までを学ぶ、本格農業体験講座。
9月3日、10月8日、11月5日、12月3日(日)
午前10時～11時
対象：16歳以上
定員：10人
料金：1,040円

パーソナルカラー 「センスアップ 色と形」(全3回)



色彩の基本を学びながら、自分に似合う色を探しましょう。
9月2日・9日・16日(土)
午後1時～3時30分
対象：16歳以上の女性
定員：10人
料金：3,000円

こども体操 (全8回)



器械体操やリレーなどで楽しく運動をしましょう。
8月29日～10月17日(火)
午後4時40分～5時40分
対象：小学1～4年生
定員：30人
料金：3,280円
定員：40人
料金：3,280円

ちびっこ体操 (全8回)



器械体操やリレーなどで楽しく運動をしましょう。
8月29日～10月17日(火)
午後3時30分～4時30分
対象：4歳～就学前の子ども
定員：40人
料金：3,280円