



8月の講座案内

申込受付は7月16日(日)から
電話 592-2070 にじっこまで

開催日・時間 [申込締切日]	講座名	参加対象者 (参加定員)	参加費・持ち物	託児定員・料金 (申込締切日)	講師(担当者)名
10日(木) 13:30~14:30 [8日]	魔法の抱っこ・ やわらか抱き方講座	2カ月~1歳半のお 子さんとそのご家族 の方 (8組)	抱っこ紐・おんぶ紐・スリング (お持ちの方) ブランケットorバスタオル 1組 1000円	託児なし	Baby Yoga Associates Inc認定 抱っこマイスター 井上舞
17日(木) 9:45~11:30 [14日]	食育講座 「親子クッキング」	2歳からのお子さん とそのご家族の方 (6組)	材料費 1組 1000円 追加1人につき 500円 エプロン、三角布、タオル *15日以降キャンセルされ る場合は材料費をご負担く ださい。	託児なし	栄養士 城三三重
23日(水) 10:30~11:15 [21日]	英語であそぼう	0歳からのお子さん とそのご家族の方 (12組)	1組 800円	託児なし	英会話講師 パークホルダー啓子
24日(木) 10:30~11:30 [22日]	ベビーヨガセラピー	2カ月~1歳0カ月の お子さんとそのご家 族の方 (8組)	ブランケットorバスタオル 筆記用具 1組 1000円	託児なし	Baby Yoga Associates Inc認定 Baby Yoga Therapy ® インストラクター 井上舞
24日(木) 13:30~14:30 [22日]	マンマ ~離乳食期の おはなし~	0歳児さんとそのご 家族の方 (6組)	200円(試食 100円・ お茶代 100円) 離乳食用スプーン	託児なし	にじっこスタッフ 五島未来 城三三重
29日(火) 10:00~11:30 [25日]	子育てママの フィットネス ~はつらつエクササイズ~	大人の方 (5人)	1000円 母子同室の方は 1200円 マットorバスタオル等 お茶or水、動きやすい服装	託児なし	フィットネス・インストラクター 赤十字幼児安全法指導員 苺郷美紀(ぞんちゃん)
31日(木) 10:30~11:30 [29日]	親子バレエ体操	1歳半からのお子さ んとそのご家族の方 ・大人の方(10組)	1組 800円 お茶、タオル	託児なし	バンビーズクラブ主宰 木村由美子



母親講座

お母さんにリフレッシュ
してもらうための素敵な
時間



魔法の抱っこ・ やわらか抱き方講座

正しい赤ちゃんの抱き方、赤ちゃんの潜在能力を引き出す魔法の抱っこ、昔ながらの一本紐・兵児帯を使った抱っこやおんぶを学びませんか。

Baby Yoga Associates Inc 認定
抱っこマスター
井上舞

子育てママのフィットネス ～はつらつエクササイズ～

リズムカルなウォーキングや、シンプルなステップで全身を温め、心地よくほぐしながら代謝を高めます。
イメージトレーニングを含んだリラクゼーションでメンタルケア。心と身体のバランスを整えましょう♡
親子でふれあい遊び&大人だけの参加も楽しめるよ～♪

フィットネスインストラクター
赤十字幼児安全法指導員
苺郷美紀 (ぞんちゃん)

マンマ

「離乳食期のおはなし」

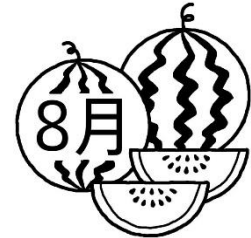
離乳食期の子育てについてお話ししましょう。
離乳食(おやつ)の試食付きです。

にじっこスタッフ
五島未来・城三三重

ベビーヨガセラピー

日本古来の育児法とヨガの育児の効果を取り入れた、体の氣の流れを整えるベビーヨガマッサージです。赤ちゃんの心や体の状態を感じとれるようになり、赤ちゃんの潜在意識・ボディセンスを高め、お母さんと赤ちゃんに絶対的な自信を与え合えるセラピーを学びませんか。

Baby Yoga Associates Inc 認定
Baby yoga Therapy®インストラクター
井上舞



子ども講座

親子で一緒に参加できる
講座ですよ。

食育講座親子クッキング

「夏野菜カレーと冷たいデザート」

なす・トマト・ピーマン♪夏野菜をいっぱい使ったカレーは栄養満点！元気モリモリ！たくさん食べて暑い夏を乗り切りましょう。

栄養士
城三三重

親子バレエ体操

バレエというと難しそうなおイメージがあるようですが、初めての人でも大丈夫ですよ。
親子で楽しく体を動かしましょう。
大人だけの参加もOKですよ。

バンビースクラブ主宰
木村由美子

英語であそぼう

お子さんが英語を身近に感じられるように、歌やカード、絵本などを使って楽しくあそびます。

英会話講師
パークホルダー啓子



その他の にじっこの催し

♣びよっこ・こけこっこ はお休みです

♣虹の日(相談日)
23日(水)10:00~12:00 無料

♣夏祭りウィーク
7/31(月)~8/6(日) (※5日(土)曜日を除く)

利用のご案内

- ★参加費や託児費などは、お釣りの無いように、ご協力お願いいたします。
- ★講座が定員に達した場合は、キャンセル待ちとなります。
受講可能になった場合のみ、こちらからご連絡いたします。
- ★当日キャンセルされる場合、キャンセル料が必要な講座がありますのでご注意ください。1週間以内にお支払いをお願いします。
- ★食育講座のキャンセル料についても、1週間以内にお支払いをお願いします。

託児の申込みのご案内

- ★託児の申込み締め切りは、それぞれの講座開催日の1週間前です。
- ★託児をご利用の場合は、講座の時間の15分前からお預かりできます。
- ★託児の当日キャンセルは、500円のキャンセル料がかかります。1週間以内にお支払いをお願いします。