



子育ての悩みや日々のストレスを解消し、親子ともに友達を
つくって楽しいひと時を過ごしましょう(^O^)/



【共 催】郡山市社会福祉協議会赤木支部

回	日 時	内 容	講 師	備 考
1	6/18 (水) 9:30~ 11:30	開講式／みんなで遊ぼう 手やからだを使った遊びと 手作りおもちゃの制作	桃見台保育所 渡邊 愛先生 佐々木 萌子先生	お子様に必要な飲み物等
2	6/25 (水) 9:30~ 11:30	リンパマッサージ&ベビーヨガ 全身のセルフケアマッサージでママもリフレッシュ! さらにベビーヨガで心と体をリラックス	リンパマッサージインストラクター 吉田 博美先生	お子様に必要な飲み物等 バスタオルはヨガマット
3	7/8 (火) 9:30~ 11:30	ポーセラーツ 白磁器にシールを貼って オリジナルの食器を作ります	海野 千代子先生	お子様に必要な飲み物等 材料費 500円 社会福祉協議会より 500円負担で1,000円の食器を作ります
4	7/15 (火) 9:30~ 11:30	ラテアート・コーヒー/開講式 自宅で作れるラテアートを学んだら みんなでほっとブレイクしましょう	橋 芳昌先生	お子様に必要な飲み物等 材料費 500円 社会福祉協議会より 700円負担で1,200円2杯分です お持ち帰りもできます

✿社会福祉協議会赤木支部が材料費一部ご負担いたします

みんなと一緒にたのしもうね♪♪



【定員対象】 5組10名 市内在住の親子（6歳未満の子どもと親）

【受講料】 無料

※3回目の材料費は2回目6/25、4回目の材料費は3回目7/8に集金いたします
材料を準備するためお返し出来ない場合もありますのでご了承ください

【申込方法】 5月24日（土）～6月7日（土）9時～17時まで（先着順ではありません）

①赤木地域公民館窓口にて申込み用紙に記入

②簡単電子申請（QRコード）申込み

【お問合せ】 赤木地域公民館 TEL / FAX 924-0293 (FAXは受付不可)



※ 申込書の「氏名、住所、電話」などの個人情報はこの事業以外に使用いたしません。
また、社会情勢等の理由により内容を変更する場合もありますので、予めご了承ください。