

この1時間で!/
育児の

ダイヤモンド モンド

これで
いいのだ!

これで
いいのかなあ?



を

自分らしく輝く・・・♪



に変える魔法の講座!

各回
300円

毎月10:00～11:30

「イライラのタネって、こんなところに?」

9/30 子育てカウンセラー 松本和美先生のイライラ解消3ステップ講座

(月) 考え方ひとつでこんなに変わる。あなたのイライラのタネを見つけよう!

「ゆったりたゆたう時間を、ヨガと一緒に・・・♪」

10/21 ベビーヨガ講師 村岡葉月先生の、ママとベビーでリフレッシュ

(月) 日頃の疲れ、ヨガを通してスッキリ解消☆また明日から、がんばる為に!

「とんではねて1・2・3!」

11/25 長野りさ先生のママと楽しむ知育リトミック

(月) ママもこどももワクワク!にっこり笑顔で楽しく動こう♪

「おいしくたべて つよくなる」

12/16 管理栄養士 柳沢瑛莉奈先生の食育講座

(月) こどもの「食べてくれない」が「こんなに食べたの!」と驚きに変わる

会 場：大和市文化創造拠点 シリウス 3階 屋内こども広場 多目的室

参加費：各回300円 (前日、当日のキャンセルはキャンセル代300円を頂戴いたします)

持ち物：飲み物、おむつ等お子さまに必要なもの

対 象：乳幼児を持つお母様

定 員：先着親子15組

申 込：各回前月20日10時より受付開始

電話 (046-259-7592)または、直接こども広場カウンターへ

