




# プログラム内容



## 申し込みなしプログラム 当日先着順

<b>熊本のおもちゃ病院</b> 7日(土) 13:00~15:00 ・ボランティアのおもちゃドクターがお子様のおもちゃを無料で修理します。(※ただし、部品代のみ実費を頂きます。)詳しくは「熊本のおもちゃ病院」HPをご覧ください。※今月は受付のみで当日の修理は行っていません。壊れたおもちゃは持ち帰っての修理となります。	<b>世代交流「子どもの日会」</b> 12日(木) 10:40~11:10 定員: 8組(当日先着順) 参加費: 無料 ・トレーニング室の方と合同でゲームなどをして楽しめます。	<b>気軽にストレッチ</b> 13日(金) 11:30~12:00 定員: 8組(当日先着順) 参加費: 無料 ・つどいの広場でお子さんを見守りながらストレッチをします。気軽に参加できますよ(^^)	<b>もやいエンジョイクラブ「SDGs(水編)」</b> 30日(月) 10:40~11:10 定員8組 参加費: 無料 ・トレーニング室の方と一緒に今話題のSDGsについてのお話しを聞きに来ませんか?今回は水についてのお話です。	<b>先生とあそぼう</b> 18日(水) 16:30~16:45 30日(月) 16:50~17:05 定員: 12組 参加費: 無料 ・先生と一緒に身体を動かして遊んだり、お手玉やけん玉等の昔あそびで遊んだり(^^)
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 申し込みありプログラム 来館し実筆での予約となります ※参加費と合わせてご予約下さい

<b>親子リトミック</b> 6日(金) 11:00~11:30 予約開始: 4/25~ 定員: 12組 参加費: 無料  ・音楽に合わせて親子でふれあい遊びをしたり、歌を歌ったりします。	<b>楽しくエクササイズ①</b> 「シェイプUpボクサ&おなか引締め」 10日(火) 10:30~11:15 予約開始: 4/25~ 定員: 7組 参加費: 300円 持参物: 飲み物、動きやすい服装 ・有酸素運動、筋力運動で脂肪燃焼や筋力UPを目的としたプログラムです(^^)	<b>すくすくタイム</b> (身体測定&手形取り) 11日(水)・24日(火) 10:30~11:00 予約開始: 4/25~ 定員: 各10組 参加費: 無料 ・スタッフが身体測定・手形取りのお手伝いをします。	<b>ベビーアロママッサージ</b> 11日(水) 11:00~11:45 予約開始: 4/25~ 定員: 10組 対象: 乳児(3ヶ月~) 参加費: 400円 持参物: バスタオル レジャーシート ・ママが赤ちゃんをマッサージ♪
<b>赤ちゃんのためのおはなし会 &amp; ハイハイ競争</b> 13日(金)・19日(木) 11:00~11:30 予約開始: 4/25~ 定員: 各12組 参加費: 無料 ・絵本の読み聞かせやふれあい遊びで楽しんだ後ハイハイ競争をします。	<b>足型アート</b> 「はらぺこあおむし」 14日(土)・27日(金)・31日(火) 10:30~11:30 予約開始: 4/25~ 定員: 各15組 参加費: 無料 ・毎月テーマを決めて足型で作品作りをします(^^)	<b>わくわくタイム</b> 16日(月) 10:30~11:30 予約開始: 5/2~ 定員: 12組 参加費: 無料 講師: 地域ボランティアサークル「さくらんぼ」のみなさん ・わらべうた、読み聞かせ、親子ふれあい遊び、製作等をします。	<b>スペシャルエクササイズ「ピラティス」</b> 17日(火) 10:30~11:30 予約開始: 5/2~ 定員: 7組 参加費: 500円 持参物: 飲み物、動きやすい服装 託児(飲み物・おむつ) ・ママ向けの託児付ピラティス教室♪
<b>美姿勢・骨盤ex</b> 18日(水) 10:45~11:30 予約開始: 5/2~ 定員: 7組 参加費: 300円 持参物: 飲み物、動きやすい服装 ・美しい姿勢を作るエクササイズです。呼吸や運動で骨盤を基礎とした骨格を整えましょう。	<b>食育講座「離乳食」と相談会</b> 20日(金) 10:00~11:30 予約開始: 5/2~ 参加費: 無料 定員: 食育講座…12組 相談会…6組 講師: 管理栄養士 大澤清美 ・離乳食の進め方や注意点などお話ししてもらいます。 講座(10:30~11:00)前後に予約制の個別相談会も(^^)	<b>育児講座「歯について」</b> 23日(月) 10:30~11:30 予約開始: 5/2~ 定員: 12組 対象: 乳幼児親子 参加費: 無料 持参物: 使用中の歯ブラシ ・噛むことの大切さ、おやつについて、歯ブラシの選び方や仕上げ磨きの仕方についてお話ししてもらいます。	<b>楽しくエクササイズ②</b> 「バランスボール&骨盤歪み改善」 25日(水) 10:30~11:15 予約開始: 5/2~ 定員: 7組 参加費: 300円 持参物: 飲み物、動きやすい服装 ・ボールの上での運動は姿勢改善や身体の歪み改善に効果的☆

**おとうさんとあそぼう「サーキット」**  
 28日(土) 10:00~13:00  
 定員: なし 参加費: 無料  
 ・サーキット遊びを親子で自由に楽しめるように鉄棒・トランポリンなどを設置したスペースを開放します。(利用が多い時間はお待ちいただく場合があります)



**親子工作会「手作りけんだま」**  
 27日(金)・28日(土)  
 15:30~16:30  
 予約開始: 5/2~ 定員: 各6名  
 参加費: 無料  
 ・けん玉を手作りして遊びましょう♪

↓ ↓ <b>申し込みありプログラム・電話予約可</b> ※参加費と合わせてご予約下さい ↓ ↓		
<b>「元気アップ教室」~鉄棒、マット運動等、楽しく体を動かしましょう~</b> ~年中・年長~ 9日・23日(月) 15:45~16:45 予約開始: 4/25~ 定員: 10名 対象: 年中・年長児 参加費: 700円(2回) 持参物: 体操服または動きやすい服装 飲み物 講師: 運動指導士・保育士	<b>「書き方教室」</b> 17日・24日・31日(火) 15:30~16:30 予約開始: 5/2~ 定員: 16名 (8名ずつ2回に分けて行います) 対象: 年中・年長児 ※文字が読めて、字を書くことに興味がある子 参加費: 600円(3回) 持参物: 2B~5Bの鉛筆・消しゴム・下敷き	<b>キッズわんぱく教室「リズムあそび」</b> 30日(月) ①15:45~16:15 ②16:20~16:50 予約開始: 5/2~ 定員: 各10名 対象: 年少々~年長児 参加費: 無料 持参物: 体操服または動きやすい服装 飲み物 講師: 保育士

