

【お預かりする時間(サービス提供時間)】

平日 14:30~18:30

土曜日 10:00~16:00

※上記時間外でのご利用をご希望の際は事前にスタッフまでご相談ください。

【2月の講座】

お預かりする時間の内、各日1時間を利用して下記講座を行っています。

講座受講に係る費用は無料です(利用料以外は一切かかりません)。



2月



講座表



日	月	火	水	木	金	土
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> Puraile 通貨交換期間 2月22日~2月29日 </div>				1 AM 自習  ブロックで遊ぼう! 14:00~14:50
2	3 壁面装飾をしよう! 16:50~17:40	4 音楽セラピー [平野 桂子] 16:50~17:40	5 動き作りのスポーツ教室 [筒井 真一] 16:50~17:40	6 マジシャン養成講座 [小森谷 翔平] 16:50~17:40	7 ひな祭りのお飾り作り [林 みき] 16:50~17:40 	8 AM 自習 隣のケーキ屋さんでケーキを買ってお茶会♪ 14:30~15:30
9	10 ピオラとピアノの生演奏 16:50~17:40 	11 建国記念日 	12 アンクルン演奏 [大杉 明] 16:50~17:40	13 全員参加型の紙芝居 [せんべい] 16:50~17:40 	14 記号カラダンス [くはの ゆきこ] 16:50~17:40	15 AM 自習 裏面参照 トランポリン教室に行こう! [チームシェアト] 12:30~15:30
16	17 マジシャン養成講座 [小森谷 翔平] 16:50~17:40 	18 創作活動 (水彩画、工作等) 16:50~17:40	19 ブロックで遊ぼう! 16:50~17:40	20 アートラボ [島袋 千栄] 16:50~17:40 	21 ミュージックガーデン 16:50~17:40	22 AM 自習  カラオケBOXに行こう! 13:30~15:00
23	24 振替休日	25 動き作りのスポーツ教室 [筒井 真一] 16:50~17:40	26 創作活動 (水彩画、工作等) 16:50~17:40 	27 ヒップホップダンス [小池 としき] 16:50~17:40	28 ウェットティッシュ入れを作ってみよう! [林 みき] 16:50~17:40 	29 AM 自習 音楽セラピー [平野 桂子] 14:00~14:50

※講師の都合により、日程等が変更になる場合がありますのでご了承ください。

NEW 講座

2月15日(土) 12:30～15:30(移動含む)

～トランポリン教室 in チームシェア～(無料)

新座市にあるトランポリン教室「**チームシェア**」に行ってトランポリン教室に参加します。

トランポリンの効果として

- ・身体の筋肉を使い筋力強化(主に体幹筋の安定)
- ・バランスを取り反射神経(平衡反応)の促進を促す
- ・運動発達を促す(各姿勢が上達する、ボディイメージが良くなる)
- ・持続的な運動により循環機能を向上させる
- ・感覚統合を促す(前庭覚、固有覚、触覚、視覚等)
- ・筋肉のリラクゼーションを促す
- ・関節の動きを良くする
- ・姿勢の向上
- ・体力の向上
- ・精神面の向上(楽しみが増える)

があると言われています。

チームシェアのチラシを添付しますので、ご参考にしてください。

