

【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・春期休暇(3月26日~4月5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。

【3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)。



3月



講座表



日	月	火	水	木	金	土	
1	2 フラモテルを 作ろう! 17:00~17:50 	3 ミニ四駆大会 17:00~17:50	4 ヒップホップダンス 【小池 としき】 17:00~17:50	5 全員参加型の紙芝居 【せんべい】 17:00~17:50 	6 動き作りのスポーツ教室 【筒井 真一】 17:00~17:50	7 AM 自習  ペーパークラフト で桜を作ろう! 14:00~14:50	
8	9 アートラボ 【島袋 千栄】 17:00~17:50 	10 音楽セラピー 【平野 桂子】 17:00~17:50	11 アंकulun演奏 【大杉 明】 17:00~17:50	12 演劇と朗読 【山崎 藤】 17:00~17:50 	13 ソーシャルスキルトレーニング 【相良 まゆみ】 17:00~17:50	14 AM 自習  マジシャン養成講座 【小森谷 翔平】 14:00~14:50	
15	16 ブロックで 遊ぼう! 17:00~17:50 	17 スポンジで作る可愛いケーキ 【林 みき】 17:00~17:50	18 ヒップホップダンス 【小池 としき】 17:00~17:50 	19 水彩画 17:00~17:50	20 春分の日	21 AM 自習 フラモテルを 作ろう! 14:00~14:50	
22	23 マジシャン養成講座 【小森谷 翔平】 17:00~17:50	24 みんなで楽しむ 絵本サロン 17:00~17:50 	25 ブロックで 遊ぼう! 17:00~17:50	26 AM 自習 動き作りのスポーツ教室 【筒井 真一】 14:00~14:50	27 AM 自習  カラオケBOX に行こう! 13:30~15:00	28 AM 自習  合同音楽セラピー&ドーナツでお茶会♪ 【平野 桂子】 13:00~14:30	
29	30 AM 自習 記号カラダンス 【くはの ゆきこ】 14:00~14:50	31 AM 自習  トランポリン教室に行こう! 【チームシェアト】 12:00~16:00	 Puraile 通貨交換期間 3月25日~3月31日 				

※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願います。

## Pur aile ひばりが丘の子供達と合同音楽セラピー&ドーナツを食べよう!

日時 3月28日(土) 13:00~14:30

13:00~13:50 Pur aile ひばりが丘の子供と合同音楽セラピー

14:00 ドーナツ(無料)を食べます

14:30 Pur aile ひばりが丘の子供をお見送り



### NEW 講座

日時 3月31日(火) 12:00~16:00(移動含む)

### ~トランポリン教室 in チームシェアト~(無料)

新座市にあるトランポリン教室「**チームシェアト**」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。

チームシェアトのチラシを添付しますので、ご参考にしてください。