

【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。



日	月	火	水	木	金	土
		1 動き作りのスポーツ教室 【筒井 真一】 17:00~17:50	2 ミニ四駆大会 17:00~17:50 	3 水彩画 17:00~17:50	4 マジシャン養成講座 【小森谷 翔平】 17:00~17:50 	5 AM 自習 クイズ! イントロドン! 14:00~14:50
6	7 モルックゲーム大会 17:00~17:50	8 楽しい紙工作 17:00~17:50 	9 みんなで楽しむ絵本サロン 17:00~17:50	10 おどろくで遊ぼう! 17:00~17:50 	11 ソーシャルスキルトレーニング 【相良 まゆみ】 17:00~17:50	12 AM 自習 音楽セラピー 【平野 桂子】 14:00~14:50
13	14 やさしいヨガ教室 17:00~17:50	15 動き作りのスポーツ教室 【筒井 真一】 17:00~17:50	16 大きいトランプでゲーム大会! 17:00~17:50 	17 ちぎれ絵で遊ぼう! 17:00~17:50	18 ペットボトルボウリングで遊ぼう! 17:00~17:50	19 AM 自習  フラモテルを作ろう! 14:00~14:50
20	21 敬老の日 	22 秋分の日 水水 	23 マジシャン養成講座 【小森谷 翔平】 17:00~17:50	24 楽しい紙工作 17:00~17:50	25 カラフル紙ねんどで遊ぼう! 17:00~17:50 	26 AM 自習 トランプ教室に行こう! 【チームシェアト】 12:00~16:00
27	28 風船バレー大会 17:00~17:50 	29 音楽セラピー 【平野 桂子】 17:00~17:50	30 ブロックで遊ぼう! 17:00~17:50 	Puraile 通貨交換期間 9月24日~9月30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ください。

日時 9月26日(土) 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。

【スケジュール】

12:00	ピュルエル新井薬師出発(ピュルエルの車でいきます)
13:00-15:00	トランポリン教室
15:00	トランポリン教室出発
16:00	ピュルエル新井薬師到着

【持ち物】

- ・水筒
- ・タオル
- ・動きやすい服装

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。

