

【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(3/26~4/5)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。



新井薬師



日	月	火	水	木	金	土
				1 AM 自習	2 AM 自習	3 AM 自習
				お楽しみ講座 <small>(水彩画、工作、ゲーム等)</small> 14:00~14:50	 イースターエッグ風 壁飾りを作ろう! 14:00~14:50	トランポリン教室へ 行こう! 12:00~16:00
4	5 AM 自習 とんとん相撲をしよう! 春場所 14:00~14:50	6 ダンボール工作 をしよう! 17:00~17:50	7 バランススレー ス! 17:00~17:50	8 やさしいヨガ 教室 17:00~17:50 	9 お楽しみ講座 <small>(水彩画、工作、ゲーム等)</small> 17:00~17:50	10 AM 自習 まほうのステッキ を作ろう! 14:00~14:50
11	12 的あてゲーム 大会! 17:00~17:50	13 音楽セラピー 17:00~17:50	14 やさしい ピンポン教室 17:00~17:50 	15 風船バレー 大会! 17:00~17:50	16 チャレンジ! 花びらキャッチ 17:00~17:50 	17 AM 自習 ミニ四駆大会! 14:00~14:50
18	19 しいとルー (言葉遊び) 17:00~17:50	20 物語を楽しむ 絵本&創作 17:00~17:50 	21 割り箸で工作 をしよう! 17:00~17:50	22 オリジナルメダ ルを作ろう! 17:00~17:50	23 動き作りのスポ ーツ教室 17:00~17:50 	24 AM 自習 フラモデルを 作ろう! 14:00~14:50
25	26 ちぎり絵アート 遊びをしよう! 17:00~17:50 	27 ポッチャーゲー ム大会! 17:00~17:50	28 マジシャン養成 講座 17:00~17:50	29 昭和の日 	30 クイズ! 「この箱なあに?」 17:00~17:50	

※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。

日時 4月3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。

