

わたし力UP! 講座

子育て中の方たちが子育てから少し離れてリフレッシュしたり、子育てに役立つものを学べたりするのが「わたし力UP! 講座」です♪いつも子育てに頑張っている皆さん♡ たまには、自分の時間を作って気分転換してみませんか? 講師の先生が来てくれる講座もありますよ♪少しでも興味がありましたら、ぜひスタッフに声をかけてくださいね!

Let's スポーツ!
健康の駅に行ってみよう

4月23日(水)
Y²ぷらざ4F 健康の駅

ヨガ~骨盤調整~

6月2日(月)
Y²ぷらざ3F 研修室3

栄養士さんによる
こどものおやつ作り♪

6月20日(金)
あさくら地区交流センター

セルフネイルを
楽しもう!

7月18日(金)
Y²ぷらざ3F 研修室1

ヨガでリフレッシュ!

9月8日(月)
Y²ぷらざ3F 研修室3

せんたくのりDE
ハーバリウム作り♪
10月28日(火)
Y²ぷらざ3F 研修室1

冬を彩るドライフラワー
ガーランドを作ろう☆

11月28日(金)
Y²ぷらざ3F 研修室1

Let's スポーツ!
健康の駅に行ってみよう

12月3日(水)
Y²ぷらざ4F 健康の駅

ヨガでリフレッシュ!

1月27日(火)
Y²ぷらざ3F 研修室3

みそ作り体験♡

2月6日(金)
あさくら地区交流センター

各講座は(受付10時~)時間:10時15分~11時30分を目安に開催予定です。

※「Let'sスポーツ!健康の駅に行ってみよう」は、

(受付9時30~)9時45分~10時45分の講座となっています。

各講座は託児もありますよ!お気軽にご参加ください。

~お申込み・お問い合わせ~

Y²ぷらざ2F 東部子育て支援センター

TEL 32-2426