



# プチマン 11月の案内

NPO法人子育て支援コミュニティプチマン  
 ホームページ <http://www.petitmaman.jp/>  
 ブログ <http://blog.goo.ne.jp/petitmaman-info>  
 福島県郡山市富田町字大徳南2-23  
 tel/fax 024-983-1925

- ひろばを利用するにあたって 開放時間 月曜～金曜 10時～14時（水曜日はお休みです）  
 イベント参加には **お電話にて** 事前申し込みが必要です。人数制限がありますのでお早め！
- 砂場を利用するにあたって 開放時間 月・火・木・金（10:30～12:00/13:00～13:45）利用料50円
- ランチタイムは12時～13時 パン販売（月・第3火曜は休み）、親子で150円のドリンクバーもあります。
- 託児について・・・ **託児は1人1時間400円、以後30分毎に200円かかります。**
- キャンセルについて・・・やむを得ず、講座をキャンセルされる場合、**前日の13時まで**にご連絡ください。  
 13時以降はキャンセル料が発生します。講座によりキャンセル料金は異なります。  
 なお、**託児キャンセルは講座前日13時以降より200円のご負担**をお願いいたします。

冷暖房使用の際は、  
 1回のご利用にあたり  
 50円をご負担いただきます。  
 ご了承ください。

月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6
	お月さまの会			ママヨガ	発達教室	
7 チャイルドヨガ& マッサージ	8 プレ・ようちえん	9	10 ママカフェ開催のため ひろば10:00～12:00 までお休み	11 ライフプラン無料セミナー ぴよリト	12 発達教室	13
14 リトミック	15 ベビーリトミック	16 いま知りたい！ 子どもの発達障がい	17 プレ・イングリッシュ	18 ママヨガ	19 発達教室	20
21 親子英語	22 プレ・ようちえん	23 	24 骨盤体操	25 チャイルドヨガ& マッサージ 母乳ケア	26 発達教室	27
28 11月☆お誕生会	29 ベビーリトミック	30				

ひろば親子イベントはピンク太字 カルチャー講座は黒細字 で掲載しております。時間は下記のとおりです。



- ★ 1日(火) お月さまの会 10:30～ 『新月の陰Yoga』 講師：佐藤 里沙 先生 参加費：1,500円（託児代込） 定員：8組  
 瞑想やヨガ、こころを洗める軽い運動などをして、ゆっくりとした時間を持つといいと言われる新月。陰ヨガで心身共に浄化しましょう！
- ★ 4日(金) ママヨガ(※完全託児制) 10:30～ 講師：佐藤 里沙 先生 受講費：1,000円 定員：各回 8名  
 18日(金) ゆっくりと心と体をときほぐし日々の疲れもリフレッシュしましょう♪
- ★ 7日(月) チャイルドヨガ&マッサージ 10:00～ 講師：畠山 良江 先生 受講費：1,000円 ランチ：600円  
 25日(金) 10:00～：ベビー(首すわり)～あんよ前くらい  
 11:00～：あんよ～4歳くらいまで  
 大人気のチャイルドヨガ&マッサージ。ランチタイムは講師の先生と一緒に過ごしてくださいね♪
- ★ 8日(火) プレ・ようちえん 10:30～ 幼稚園入園の為の準備や練習をしていく「プレ・ようちえん」  
 22日(火) 8日…親子活動「七五三」 22日…お預かり となります
- ★ 10日(木) **ママカフェ開催のためひろばは10:00～12:00おやすみです。**
- ★ 11日(金) **ライフプランセミナー** 10:00～ 講師：ソニー生命 樽川 明広 先生(FP)・大出 英 先生(FP) 参加費：無料  
 ～ライフプランニング～ 架空の家族でライフプランニングを実際に体験してみましょう！
- ★ 11日(金) **ぴよリト** 10:00～/11:00～ 講師：まりこ 先生 受講費：1,500円 定員：各回 6組  
 1才～2才前までのお子さん向けのリトミックのお教室♪
- ★ 14日(月) **リトミック** 10:30～ 講師：山田 郁子 先生 参加費：400円 定員：12組  
 秋を感じる遊びを通して音楽を楽しみましょう♪どんぐりマラカスを作ったり紅葉している葉っぱで遊んだり…集中力・感性をやしないます。
- ★ 15日(火) **ベビーリトミック** 10:30～ 講師：小笠原 麻理子 先生 参加費：400円 定員：各回 13組  
 29日(火) まだ動けない赤ちゃんでも大好きなママとのスキンシップで、五感を使ってフルに音楽を感じましょう！可愛い赤ちゃんとの毎日の時間♥健やかな成長の一助にお役立てください。
- ★ 16日(水) **いま知りたい！** 10:00～ 講師：加藤 美穂子 先生 参加費：無料 定員：30組 会場：ミュールカルがくと館  
 子どもの発達障がい ※ 詳細は別チラシをご覧ください！
- ★ 17日(木) **ママといっしょに** 10:00～ 講師：ようこ 先生 受講費：1,200円 定員：6組  
 プレ・イングリッシュ 大人気講座「親子英語」のお教室♪現在、新しいメンバーさんを募集中です！
- ★ 21日(月) **親子英語** 10:30～ 講師：鈴木 陽子 先生 参加費：500円 定員：各回 12組  
 歌や、ダンス、ゲームなどで、親子で英語に親しみます。
- ★ 24日(木) **骨盤体操** 10:00～/11:00～ 講師：西條里美先生 受講費：1,000円 定員：6組  
 (※完全託児制) 日々の生活で歪んでしまった骨盤を体操でリセットしましょう！！
- ★ 25日(金) **母乳ケア** 10:00～/13:00～ 講師：塩谷 コト子 先生 受講費：1,500円 ランチ：600円  
 マンツーマンでじっくり悩みを聞いてもらい、母乳の出が良くなるようにもしっかりもみほぐしてもらえますよ。
- ★ 28日(月) **11月☆お誕生会** 10:30～ 参加費：500円（身長・体重を量り、手形を取ります。時間に余裕をもってお越しください）  
 11月生まれのお友達のお誕生日をみんなで祝いましょう♪  
 お誕生日のお友達にはプレゼントもあります！誕生日以外のお友達も一緒に祝いしてね♪(〆マ〆)☆

