

●育みルームNo.6

講座名	講座参加対象	子どもの対象年齢	持ち物	定員	締切
天然酵母と国産小麦を使って親子でパン作り	親子	小学生以上	エプロン、持ち帰り用紙袋	4組	1週間前
骨盤美人体操で身体ケア	大人のみ	—	飲み物、動きやすい服装、ヨガマット、なければ大きめバスタオル	10名	4日前
親子で楽しむリトミック	親子	0～2歳	なし	2～5組	1週間前
ヨガ	大人のみ	—	ヨガマット 動きやすい服装	6組	4日前
母乳石けんを作しましょう	大人のみ	—	母乳25g程度(ジップロックに入れて)エプロン、マスク、眼鏡(あれば)	5名	1週間前
抱っこヨガ	親子	0～2歳未満	縦抱きの抱っこ紐、飲み物、動きやすい服装、	6組	4日前
石けんナチュラルクリーニング	親子	—	筆記用具	3組	4日前
親子で楽しくパン作り	親子	概ね5歳からOK	エプロン、手拭きタオル、持ち帰り用の容器	3組	1週間前
コースターとおなまえはんこ作り	親子	3歳～	筆記用具、拭きおし用の紙（以下あれば）カッター、カッターマット、デザインナイフ、スタンピング	4組	2週間前
心のモヤモヤも断捨離	親子	—	筆記用具	4名	1週間前