

2017 も

心も身体も元気が一番！ ママの笑顔と元気のために♪



会場：のため・ぺっぷ 3階フリースペース

1.5時間でリフレッシュ
木曜 10:00～11:30

ヨガ教室

4月 毎週木曜 10:00～
13日・20日・27日
6日はお休み。3回の開催です！

～料金体系～

- ・ぺっぷご利用者様 800円
- ・一般参加（お友達など） 1,000円
- ・託児2時間（別途） 1,000円
ペップご利用者様・一般共通

ストレッチズピラティス

4月 25日火曜日 10:00～
1時間 20分程度

お気軽にご参加くださいませ♪

～料金体系～

- ・ぺっぷご利用者様 1,200円
- ・一般参加（お友達など） 1,500円
- ・託児2時間（別途） 1,000円
ペップご利用者様・一般共通

”みんなで子育て” あつまろ会

H29年度、新“あつまろ会”スタート！
これまでのように、月1回は「相談支援にじの吉田先生」による講演形式？的な会。もう1回は、りか先生（地域のおばさんとして）との座談会？！や他の先生をお招きしての講演会を企画してまいります。吉田先生にも参加いただき、いろいろな面から皆さんの子育てをサポートできる会にできたら！と・・・

“子育て”って自分を成長させてくれる本当に素敵な仕事♪ みんなで学び、成長しましょ～！4月も是非ご参加ください♪

毎回 10:00～11:30
(終了後も12時までフリースペースご利用いただけます)

4月 3日(月)

テーマ：「新年度へ向け・・・」

講師：一般社団法人育ちの相談室支援会
相談支援にじの 吉田あやこ先生

4月 26日(水)

みんなでアレコレ ゆる～い会
「笑顔でいるための
ま いいか！」って素敵♪

【さろんご利用時の注意事項】 必ずお読みください。

- ※ さろんでの催しに参加希望の際は、カレンダーにご記載ください。（おおよその人数を把握するためですので、当日の参加ももちろんOKです！）
- ※ さろんでの催しにお車でお越しの際は近隣の駐車場をご利用ください。ごめんなさい。
- ※ 日程変更や急な連絡の際はメールにてお知らせいたします。登録がお済みでない方はご登録くださいませ。

■メール登録アドレス→ pep@notame.jp

～あつまろ会料金体系～

- ・ぺっぷご利用者様
..... 無 料
- ・一般参加（お友達など）
..... 1,000円
- ・託児2時間（別途）
ペップご利用者様・一般共通
..... 1,000円