

生涯学習さろん開催 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・ぺっぷ西町3階フリースペース

体をケアする事は、やる気・気力・想像力・集中力の向上に繋がります。

体をメンテナンスし心や気力をコントロール、安定した精神でお子様と向き合えますように♪

※通っているお子様はお母さんと一緒に午前通所できます♪

1.5時間でリフレッシュ
木曜10:00～11:30

8月

ヨガ教室 毎週木曜 10:00～

23日・30日 2回の開催です！詳しくはHPで！

開催日確認→www.yoga-innerpeace.com

～講師～

ヨガINNERピース
インストラクター

山木 詞梵先生

※動きやすい服装
・飲み物のみでOK！

～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

バランスボールエクササイズ 金曜日 10:30～

8月

3日・17日・24日・31日 1時間程度
10日がお休み。4回の開催です！

開催日確認→<https://bbreinabb.jimdo.com>

～講師～

バランスボール
インストラクター

尾崎 令奈先生

～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

※動きやすい服装・飲み物のみでOK！

NEW

”みんなで子育て” あつまろ会

8月

6日(月)&20日(月)

詳しくは別紙「年間予定表」
を御覧ください。

10:00～「子どもの発達を知る講座」年間プログラム

8月のテーマ「同じ行動を繰り返すのはなぜか？」

11:00～「座談会（あつまろ会）」

→先生に同席頂き、皆様の悩みや質問からアドバイスを共有します

11:30～「保護者会」 12:30までフリースペースを開放

→ぺっぷへのご意見、ご希望等伺う時間も設けますね！

→保護者の皆様が集う茶話会感覚。ここでなら話せる話をごゆっくり♪

～講師～ 子どもの発達相談士 | カウンセラー | 保育士 筒井倫子先生