



手作り味噌を食卓に ~手作りの醍醐味~

毎年好評の手作り味噌講座！食の安全にこだわり作りをしてみませんか？おにぎりともそ汁が出来ます。

【日 時】2月12日(日) 9:30~13:00

【費用】4,000円【定員】先着15名

【持ち物】エプロン、三角巾、上履き、タオル
味噌を入れる容器(6kg入る容器)
圧力鍋(お持ちの方)



知って役立つミニ健康講座

~コレステロールについて~

地元の内科専門医によるコレステロールについてのお話の後、質問時間を多く設定します。他にも、普段健康面で気になっていることを気軽に聞いてみましょう。

【日 時】2月14日(火) 12:30~13:30

【費用】無料【定員】先着15名

【持ち物】なし

☆予約不要、当日直接ご来館ください。



大人女子のための引き算メイク

~薄化粧とナチュラルメイクは違う~

正しい引き算メイクで自分の魅力を最大限に引き出ませんか？

【日 時】2月15日(水) 10:00~11:00

【費用】500円【定員】先着20名

【持ち物】普段ご自身でお使いのメイク道具、鏡



親子で手作りおやつ ~いももち~

冬にぴったりな、温かくて昔ながらのおやつです。みんなで作り、一緒に食べましょう♪

【日 時】2月14日(火) 10:00~11:15

【費用】350円

【定員】2歳以上の未就学児と保護者 10組

【持ち物】エプロン・三角巾・ハンドタオル・上履き
飲み物 *お持ち帰りはご遠慮願います。



★こどもクッキング★

~具たくさん豚汁を作ってたべよう!~

【日 時】2月25日(土) 9:30~11:30

【費用】550円

【定員】先着12名(小学生)

【持ち物】エプロン、三角巾、ハンドタオル、上履き



★キッズクラブ★ ~手作りチョコ!!~

【日 時】2月11日(土) 10:00~11:30

【費用】350円【定員】先着15名(5歳以上)

【持ち物】エプロン、三角巾、上履き、タオル



受付開始は1月11日(水)9時~です

♪♪踊場地区センター TEL045-866-0100♪♪

コグニサイズ 脳いきいき体操

~認知症予防のための運動~

国立長寿医療研究センターが開発推奨している運動と思考を同時に行うことで認知予防につながる体操です。

【日 時】2月24日(金) 10:00~11:00

【費用】300円【定員】先着40名

【持ち物】タオル、飲み物 ★動きやすい服装で



歌のひろば~みんなで楽しく歌いましょう!~

美しく心地よい伴奏で心を合わせて歌いましょう♪

【日 時】2月27日(月) 10:00~11:30

【費用】300円(初回の方、歌本1,080円)

【定員】先着100名 ★只今申し込み受付中です!

【持ち物】上履き、歌本「こころの歌~日本抒情歌~」



おどりばサロン ~マジック&南京玉すだれ~

マジック・南京玉すだれなどの大道芸は、野毛に行かなくても、「おどりばサロン」でみることができます。お楽しみに!!

【日 時】2月9日(木) 10:00~12:00

【費用】無料

【定員】先着30名★予約不要。当日直接ご来館ください。



リトミック親子ランド 2~3歳児

【日 時】2月13日(月) 10:00~11:00

【費用】300円

【定員】先着40組

【持ち物】飲み物、上履き、のり、クレヨン



のびのび親子ランド ①1歳児②2~3歳児

【日 時】2月17日(金)

① 1歳児 10:00~10:45

② 2~3歳児 11:00~11:45

【費用】300円

【定員】先着 ①30組 ②40組

【持ち物】上履き、飲み物

親子で
体操するよ!

イングリッシュ親子ランド 2~3歳児

【日 時】2月27日(月) 10:00~11:00

【費用】300円

【定員】先着40組

【持ち物】飲み物



★すべての親子ランドは保護者とお子様 1:1 でご参加ください。

なお、双子・年子での参加希望の方はご相談ください。

★プログラム実施日の満(または学年)年齢でお申し込みください。

★託児若干名有り: 先着順。6ヶ月から就学前のお子様。プログラムと同室の預かりとなります(要予約、プログラム申込時にお申し込みください)。

- ・1月11日(水)12時以降は来館での受付も可能です。
- ・申し込みは先着順で、定員になり次第受付は終了です。
- ・プログラムによっては前入金をお願いしているものもあります。
- ・申込み人数によっては開催されないことがあります。
- ・入金後の返金はできません。