



11月

コミュニティふらっと成田

自主事業 講座のご案内



★ 印は長寿応援ポイント対象講座です。					
講座名	曜日	開催日	時間	参加費	
Enjoy! キッズダンススクール ～プロのダンサー指導。運動機能や人との関わりも学べる!～	月曜 (月4回)	午後 11月2日,9日,16日,23日,30日 対象: ①4歳～小学生低学年 / ②小学生	①15:30～16:20 ②16:30～17:20	月会費 7700円	
快足! キッズかけっこスクール ～トレーナー指導。遊び感覚で基礎的な身体能力を向上!～	土曜 (月4回)	午後 11月7日,14日,21日,28日 対象: ①4～5歳 / ②6歳～小学生	①14:00～14:50 ②14:55～15:45	月会費 7700円	
自分の足でどこへでも! 自立サポート体操教室 ～体の動きを整えて、自由に動かせる感覚をつかもう!～ ★	木曜 (月4回)	午前 11月5日,12日,19日,26日	11:00～12:00	月会費 6600円 または 1800円/1回	
体ほぐし! かんたん夜ヨガ教室 ★ ～週末の夜、心も体もほぐしてくれる「夜ヨガ」へどうぞ!～	金曜 (月4回)	夜間 11月6日,13日,20日,27日	19:00～20:00	月会費 6600円 または 1800円/1回	
若返る! 良い姿勢づくり講座 ★ ～肩こり・腰痛改善など日常生活を快適に、動きやすい体作りを!～	金曜 (第1,3)	午前 11月6日,20日	10:30～12:00	1回 1000円	
どなたでもダーツ ★ ～初めての方、障害のある方、プランクがある方もどうぞ!～	月曜 (月4回)	午後 11月2日,9日,16日,23日	13:00～14:30	550円 (初心者700円)	
初心者のためのオカリナ教室 ★ ～貸出用オカリナがあるのでお気軽に!～	月曜 (第1,3)	午前 11月2日,16日 ①入門コース ②メロディーコース ③アンサンブルコース	①9:00～10:00 ②10:00～11:00 ③11:00～12:00	①1200円/1回 ②1200円/1回 ③1000円/1回	
はじめてのフラダンス ★ ～HULA(フラダンス)はゆっくりとした動きで、ダイエットやシェイプアップに効果的。音楽に癒されながら楽しく踊りましょう～	水曜 (月3回)	午後 11月11日,18日,25日 リコレファ【初級】クラス ◎練習用バウスカート無料レンタル	14:00～15:00	月会費 5,000円	
あーたん&すーたん 親子リトミック ～心と身体を育てる・個性を伸ばし自分らしさを表現できる お子様が笑顔いっぱいになるレッスンです♪ 講師2名で手厚く生演奏を大切にしています。 首が座った0才～年長までの対象の講座です～	日曜 (月2回) 水曜 (月1回)	午前 ①2～3オクラス 11月1日,15日(日) ②0～1オクラス ① 9:20～10:00 ③4～6オクラス ② 10:15～10:55 ③ 11:10～11:55 ※詳しくはお問い合わせください。	11月4日(水) ① 9:30～10:10 ② 10:30～11:10	①1800円/1回 ②1500円/1回 ③2000円/1回 + 材料費(毎回300～500円程度)	

赤ちゃんも子どももおとなもだれでも参加できます!

～本を楽しもう～
読み聞かせ と 手づくりあそび毎月第3木曜日 午後3時45分～4時45分
※手づくりあそびは定員10名となります。

11/19 木



読み聞かせ

12/17 木



読み聞かせ

大きな
まつぼっくりの
ツリー作り

読み手:バンビぶんこ

参加無料

12月は、本の読み聞かせのあとに
手づくりあそびをします。
小さな子どもたちはお家のひとといっしょに
来てくださいね。予約制 ふらっと
スマホ相談会何がわからない?かがわからない...そのまま大丈夫です。
相談内容が決まっていなくてもOKです。
スマホと一緒に聞くとこから始めましょう♪
おしゃべりしながら楽しく解決していきましょう

日時) 11月5日(火) 19日(火)

①10時 ②10時30分 ③11時 ④11時30分 ⑤12時

相談はお一人様30分ずつです。講座形式も可能です。

参加費) 30分 相談:500円

講座形式:お一人様500円+テキスト代300円

