

元気マンマ!

- ★と き⇒ 8月29日(水)
 - ★じかん⇒ 11:00~12:00
 - ★ところ⇒ スタジオ103
 - ★参加費⇒ 1500円
- テーマ「食は命なり」

食について楽しく学べます。
学んだ後は野菜たっぷりの
たなか食堂ランチを
お楽しみください。

締切は
8月20日(月)

8月のイベント 人気の講座が 復活しました!

心とからだの癒し

- ★と き⇒ 8月29日(水)
- ★じかん⇒ 9:00~10:30
- ★ところ⇒ スタジオ103
- ★参加費⇒ 1500円(材料費込み)

テーマ「アロマを日常生活に
とりいれてみませんか」
妊娠中の方、一般の方対象です。
虫よけや認知症予防アロマを作り
ましょう。

マヤ暦アドバイザー・助産師・育児セラピスト
アロマコーディネーター・エアロビクスインストラクター・
ベジタブルフルーツマイスター

ほめあど 田中 志保

導入編

今話題のマヤ暦

- ★と き⇒ 8月27日(月)
- ★じかん⇒ 19:00~20:30
- ★ところ⇒ スタジオ103
- ★参加費⇒ 3000円(初めての方)
1000円(再受講の方)

テーマ「マヤ暦ってなあに？」
8月17日(金)までにご予約下さい。
今話題のマヤ暦を楽しくわかりやすく
お話いたします。

ベビートーク

「こんにちは私の赤ちゃん」

- ★と き⇒ 8月28日(火)
- ★じかん⇒ 11:00~12:00
- ★ところ⇒ スタジオ103
- ★参加費⇒ 1000円

月齢関係なくベビーマッサージを始めたい方、妊
娠中にベビーマッサージをおぼえたい方、ため
になる子育てのお話を交えた楽しい時間を過
ごしましょう。初回参加のママのマヤ暦Kinナンバ
ーも出しますのでお楽しみに!