



話して
スッキリ!

20日(土)

14:30~16:30

定員:10名程度

うめじまKSビル内 (梅島)

シングル・プレシングル

同じ立場の人と「出会う」「話す」「つながる」

参加者同士の会話が中心の2時間。悩みや困りごとだけでなく、最近あった楽しい出来事、子どもの成長など、毎回話題が豊富です。「聞いて聞いて、この間ね!」と気軽に参加してください♪お子さんも遊んで過ごせる、居場所のようなサロンです。



保育:5名程度
(未就学児)

『話してスッキリ!』参加・保育の事前申込先:
NPO法人 子育てパレット

【電話】03-5888-6943 (サロン開催当日の連絡も可)

【E-mail】palette@kosodate.main.jp

★会場アクセス★

梅島駅から 徒歩3分

(住所:梅島3-4-8 2階)

今月のテーマ

おしゃべりcafe

半年、お疲れ様会



申込フォーム
(8/18受付開始)

遊んで
エンジョイ!

6日(土)

14:00~16:00

定員:20名程度

勤労福祉会館 第2洋室

～豆の木エンジョイ～

食品サンプルを作ってみよう!



大好評企画の食品サンプル作り。

今回は秋の十五夜にぴったりなお月見パフェを作ります。ウサギの耳を付けたり、ムースやアイス部分はお好きな色で作れたり自分だけのパフェを作ってみよう!

対象年齢:小学生低学年~中学生

講師:アトリエステラ☆

食品サンプル講師&フェイクフードクリエイター 北島さとみさん

★会場アクセス★

千代田線

「綾瀬駅」西口から

徒歩5分

(住所:綾瀬1-34-7-102)



申込フォーム
(8/25受付開始)

遊んで
エンジョイ!

27日(土)

14:00~16:00

定員:14名程度

ぷらちなくらぶ本部 2階ホール

～豆の木ムーブ～

キックボクシングエクササイズ



ストレス発散!運動不足解消!親子で一緒にパンチ&キック!

難しい技はナシ!身体を動かして、心もすっきりリフレッシュしよう♪

子どもも大人も一緒に楽しめるキックボクシング体験♪

ストレスもモヤモヤもぜ～んぶ吹き飛ばそう!

対象年齢:幼児~中学生

講師:キックボクシングインストラクター SHIZUKAさん

★会場アクセス★

千代田線

・「綾瀬駅」から東武バス

「綾瀬七丁目」下車徒歩3分

・「北綾瀬駅」から徒歩8分

(住所:加平1-8-23)



申込フォーム
(9/8受付開始)



保育:5名程度
(未就学児)

『遊んでエンジョイ!』参加・保育の事前申込先:
NPO法人ぷらちなくらぶ

【電話】03-5697-9204 (月曜~金曜 ※ 祝日除く)

080-4612-7965 (サロン開催当日のみ)