



話して
スキリ!

20日(土)

14:30~16:30

定員:10名程度

うめじまKSビル内 (梅島)

(所在地:梅島3-4-8 2階)

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や子どもの成長など、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♪

申込受付開始

★5月18日から★

裏面をご確認ください。



今月のプチ知識講座:こころとからだをゆるめるやさしいヨガ

遊んで
エンジョイ!

13日(土)

14:00~16:00

定員:父子家庭限定5組

梅田地域学習センター 料理室

(所在地:梅田7-33-1)

~父子家庭限定!豆の木クッキング~

栄養士直伝、包丁いらずレンジで完結!コンビニ食材レシピ

対象年齢:幼児~中学生

申込受付開始

★5月11日から★

裏面をご確認ください。

父子5組限定の少人数クッキングイベントです!(お父さんお一人での参加も大歓迎です)まずは“色が変わる不思議な焼きそば”を目の前で実演。不思議おいしいを体験!ちょっとつまみ食い♪

メインでは、初夏にぴったりの「豆乳冷やし担々うどん」と「サバマヨサラダ」を、親子で一緒に楽しく調理します。

※ アレルギー等の個別対応はできかねますので、ご了承ください。

講師:管理栄養士 関根千春さん

遊んで
エンジョイ!

27日(土)

14:00~16:00

定員:20名程度

梅田地域学習センター 第1学習室・教養室

(所在地:梅田7-33-1)

~豆の木エンジョイ~

初開催!親子分離型イベント

対象年齢:幼児~中学生



初めての“親子分離型”イベントを開催します!(親のみの参加も大歓迎です)

親チーム : 「自律神経を整えてココロもカラダも健康に!アロマでセルフマッサージ」

子どもチーム:「和紙ちぎり絵うちわ作り」

最後は親子でお互いの成果を発表。会話が広がり、達成感もひととき大きくなることでしょう!

講師 親チーム : 外尾 幸恵さん(看護師・アロマライフスタイリスト®)

子どもチーム:伊藤 順子さん(ミネワサ造形倶楽部)

