

令和6年度 輝く子育て支援学級



湊公民館 Tel.22-2300		川岸公民館 Tel.23-2200		長地公民館 Tel.27-8080	
定員	12名	定員	15名	定員	15名
日程	講座内容	日程	講座内容	日程	講座内容
5/22 (水)	開講式・オリエンテーション 絵本deショー・タイム 公民館職員	5/30 (木)	開講式&茶話会 アイスブレイクdeハッピー! 公民館職員	5/21 (火)	開講式・オリエンテーション ～ようこそ♪子育て支援学級へ～ 公民館職員
5/29 (水)	骨盤調整ピラティス&リラクソyoga ～優しく体幹へアプローチ～ 公認講師 指導者 高橋愛	6/6 (木)	親子deハッピー!いちご狩り♡ 公民館職員	5/28 (火)	みんなで学ぼう資産運用 ～はじめてのNISA～ 日本証券業協会
6/5 (水)	【ママとGo!】 今日はウキウキ♡みんなでイチゴ狩り♪ 公民館職員	6/13 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 筋膜リリース&バレトン フィットネスインストラクター 唐木田由紀	6/11 (火)	ママと一緒に♪岡谷さんぽ ～消防署見学☆みんなちびっこ消防士～ 岡谷消防署署員
6/19 (水)	健康☆美容に! ローズスイーツ ～美味しいまん丸チョコトリュフ～ Lumos主宰 小松愛	6/20 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 プロに学ぶ♡スイーツ オーダーメイドケーキショップhoneybee 山田 真希子	6/25 (火)	楽しくカラダを動かそう♪ ～ラテンエアロで目指せ美Body!～ AFAA 認定インストラクター 千葉有希子
6/26 (水)	子育てあるあるトーキング! ～目線を変えると輝く我が子の個性～ NP-Japan認定ファシリテーター 中島るみ子	7/4 (木)	親子deハッピー!セタを楽しもう♡ いろはにこんぺいとう	7/2 (火)	蚕の繭で作ろう♪ ～愛らしく美しい繭の花～ 岡谷美術考古館学芸員
7/10 (水)	手軽に豪華なおうちごはん ～牛乳パックdeケーキ作り～ 管理栄養士県福祉大学校非常勤講師 中澤久美子	7/18 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 エンジョイ!Hiphop♪ インストラクター maco	7/16 (火)	子どもの交通安全対策 ～保護者が良いお手本に～ 岡谷警察署東部交番所長 酒井正
7/17 (水)	初夏の爽やかリリース ～フレッシュグリーン&可愛いフォルム kaorino*wa主宰リリース講師 浜麻子	7/25 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 安心無添加♪天然オイルの石鹸作り aroma aube 杉浦さち	7/30 (火)	ママと一緒に♪ ～作って遊ぼう木のおもちゃ～ みっぴー工房 岡本洋子
8/21 (水)	【ママとGo!】やまびこ公園ピクニック 「どんぐりポップ」に乗ろう(雨天の場合8/28) 公民館職員	9/5 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 瞑想アート☆点描曼荼羅体験 greenwind yuya	8/20 (火)	実践!頭皮マッサージ ～コリをほぐしてスッキリリフレッシュ～ altico hair 井ヶ倉文香 井ヶ倉麻由
9/4 (水)	工房で陶芸焼きもの ～香り楽しむアロマポット～ 陶芸家 木下徳太郎	9/12 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 こんまり流☆お片付け教室 こんまり流片付けコンサルタント maco	8/27 (火)	ママと一緒に♪岡谷さんぽ ～ecoポップ見学☆えこぼんに会えるかな～ 湖周行政事務組合職員
9/11 (水)	【ママとGo!】デッカイ体育館で遊ぼう ～スワンドーム☆幼児体育室～ 公民館職員	9/19 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 奥深い味わい♡天然酵母のパン作り aroma aube 杉浦さち	9/10 (火)	スニーカーでフラメンコ ～情感豊かに踊って基礎代謝アップ!～ フラメンコ教室BLANCA 土屋さゆり
9/25 (水)	女医さんに聞こう「歯の健康」 ～健やかな成長はお口から～ 湊歯科醫院歯科医師 小澤有美	10/3 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 onlyoneのブリザードフラワーアート MHハーモニー 山本深雪	9/24 (火)	気分が上がる♪ハンドメイドリボン ～世界に一つだけの小物作り～ 高倉大夢
10/2 (水)	本格的紅茶de好みの香り&味 ～焼き菓子添えて幸せタイム♡～ 日本リビングコーディネーター協会講師 倉澤繁枝	10/10 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 保育園の人気給食the試食! 保育園栄養士	10/8 (火)	諏訪湖で湖上さんぽ ～非日常を味わえるrowing体験～ 下諏訪町漕艇協会副会長 朝倉大貴
10/9 (水)	イングリッシュハンドベル♪ ～天使のハーモニー癒しの音色～ 松本ベルエコース	10/24 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 天然石×レジンdeアクセサリー アトリエK 高橋恵子	10/15 (火)	ママと一緒に♪リトミック ～かぼちゃだ!おばけだ!ハッピーハロウィン～ いろはにこんぺいとう
10/23 (水)	カラフル紙バンドde作ろう ～キラリ☆クリスマスツリー～ 紙バンド作家 宮下茂美	10/31 (木)	【ハッピーママの女子力up講座】 ママのhappyで周りが変わる♡ in the life 御子柴博子	10/22 (火)	心が落ち着くヨガtime ～血流&姿勢改善でセルフケア～ ヨガ講師 杉浦敦子
11/6 (水)	筋膜リリース&バレトン ～体をほぐして☆楽しく脂肪燃焼～ フィットネスインストラクター 唐木田由紀	11/7 (木)	親子deハッピー!絵本の世界を楽しもう イルフ童画館学芸員	11/5 (火)	秋を感じるスイーツ作り ～作って食べておしゃべりして♪～ デザインケーキ専門店loveonthecake 小澤薫
11/13 (水)	開講式 クロモジ茶でリラックスまとめの会 公民館職員	11/14 (木)	開講式&まどめの茶話会 こっそり託児をのそいちゃおう 公民館職員	11/12 (火)	開講式 ～思い出とーきんぐ～ 公民館職員