

カルチャールーム 木のお部屋

★木のお部屋 6月のイベント★

ママのためのサロンドAY

★まつげカール★

日 時：5/15・6/12 (水) 10:00~12:00
 参加費：900円 (予約制) (45分間)
 ※託児スタッフはいませんので、お子様連れの場合はお友達とペアでお申し込みください。
 ※マスカラはとってきてください。

★耳つぼジュエリーサロン★

◆MENU◆・耳つぼ刺激でダイエットサポート
 ・リフトアップで小顔美人
 日 時：5/15・6/12 (水) 14:00~16:00
 参加費：500円 (予約制)
 お申込み：090-6321-5353 (木のお部屋)

親子でにぎやかDAY

★親子サークル もくもく★

同年代のお友達と一緒に季節のお歌や工作などして楽しませんか？ママ外に出てリフレッシュしよう！【予約制】
 日 時：5/29・6/26 (水) 9:30~10:20
 対 象：1歳半~2歳の親子 参加費：300円 (おやつ付)

★子育てフリー広場 もくもく★

ボールゲームやおもちゃで遊ぼう！ママもお茶でもどうぞ。
 入退場自由なので、好きな時間に遊びにきてね！
 日 時：5/29・6/26 (水) 10:30~13:00
 対 象：未就園児の親子 (3歳まで) 【予約不要・無料】
 お申込み：090-6321-5353 (木のお部屋)



★今月のおすすめカルチャー★

ヨガ教室

ヨガで心も体も元気になりましょう！

◆5月 MENU◆
 ・少しずつ夏の気配が感じられる時季になりました、骨盤に意識を傾けてヨガをしましょう。
 ◆6月 MENU◆
 ・梅雨対策むくみ解消にヨガをしましょう。
 日 時：5/8・6/5(水) ①9:40~10:40 ②11:00~12:00
 対 象：女性限定 参加費：550円
 持ち物：フェイスタオル (↓留守電可)
 お申込み：090-1711-1084 (演)



きものリフォーム講座

お母さまの振袖をお嬢さまにお仕立替え。作業衣にリフォーム、寸法直し、染め替わりニギなど。お持ちの着物をどのようにリフォームしたらよいか再活用する方法をお話します！
 日 時：5/2・6/6 (木) 13:30~15:30
 参加費：500円
 お申込み：090-8132-3426 (まつもと)



こころ画教室

木々の緑が濃くなり、花が次々に咲いてきました。季節の花の絵を描いて、ちょこっとリフレッシュしませんか。
 ◆5月作品◆・あじさい◆6月作品◆・朝顔 (暑中見舞)
 日 時：5/28・6/25 (火) 13:30~15:30
 参加費：1,350円 (用紙代含む)
 持ち物：作品を持ち帰るための袋 (顔彩・筆等はお貸しします。)
 お申込み：090-6064-9681 (真心)



押花体験教室

生のお花を乾燥させて小物を作ります。お花の自然の形や色をそのまま生かしたもので小物に入れて楽しみませんか。
 ◆5・6月作品◆・フラワーボールペン
 日 時：5/12・6/9 (日) 13:30~15:30
 参加費：600円
 お申込み：090-3265-8374 (辻上)



くつろぎティータイム

2019年6月号

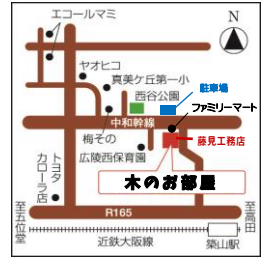
開講講師も募集中♪

北葛城郡広陵町みさきぎ台39-26
 ☎ 090-6321-5353 (9~17時)

詳しくは…
 「藤見エ務店 ホームページ」
 QRコードから簡単にアクセスできるよ！
<https://www.fujimikoumuten.jp/>



⇒ 木のお部屋 ページをご覧ください♪
 SUPPORTED BY 藤見エ務店



※駐車場は中和幹線向かい側

ハワイアンフラ

★楽しく本格フラダンス★

ミスアロハフラ 2010 直伝のフラをお教えます☆
 お子様連れの方は各自お子様の状況にご留意をお願いします。
 日 時：5/14・5/28 (火) 6/11・6/25 (火)
 10:30~11:30
 対 象：女性
 参加費：800円/回
 持ち物：Tシャツでお越しください (着替室はありません)。
 パウカド(練習用カド) はお貸しします。
 筆記用具ご持参ください。
 お申込み：pilialoha.nara@gmail.com (吉田)



SS 健康法 +α LOVABLE

大きくなった胃を本来の大きさに働きに戻す事で、食べすぎないキッカケを作り、広がった骨盤をキュッと引き締め本来の健康な身体に戻してゆきます。
 施術時間 10分です。
 日 時：5/2・6/6 (木) ①13:30~②14:00~③14:30~④15:00~
 対 象：女性 (産後2ヶ月以降の方、妊婦さんは不可です)
 参加費：800円
 お申込み：h.arumi@softbank.ne.jp (harumi)



タッパーウェアで時短!

ご飯がすすむ！手作り梅のつくいだ煮♪
 ◆5月試食◆・レンジでパンナコッタ ・とりと梅の和風パスタ ・梅のつくいだ煮
 日 時：5/16 (木) 10:00~12:00
 参加費：300円 (試食)
 持ち物：お箸・お茶・空のお弁当箱
 お申込み：090-4642-8847 (村上)

ロイヤルばあやのお料理教室

健康家庭料理を美味しく簡単に!

◆5月 MENU◆
 ・ドライカレー
 ・スプリングサラダ
 ・ロールケーキ
 ◆6月 MENU◆
 ・ナスそうめん
 ・ズッキーニのピカタ
 ・紅茶鶏・ゼリーケーキ
 日 時：5/21・6/18(火) 10:00~12:00
 参加費：700円
 持ち物：エプロン・ハンドタオル
 お申込み：090-3979-1925 (村田)



グラスアート

見た目はステキなガラス。でも実はシールなんです。誰でも簡単にできますよ
 ◆5月作品◆・写真立て
 ◆6月作品◆・コースター
 日 時：5/23・6/27 (木) 10:30~12:00
 参加費：<5・6月>1,000円
 持ち物：はさみ
 お申込み：090-5019-6251 (黒木)

