

# カルチャールーム 木のお部屋

## ★木のお部屋 1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：12/21 (金)・1/30 (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：12/21 (金)・1/30 (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：12/19・1/23 (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ぶ！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：12/19・1/23 (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)



### くつろぎティータイム

2019年1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)

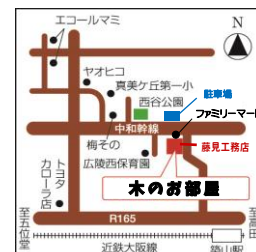
詳しくは…  
「藤見エ務店  
ホームページ」



QRコードから簡単にアクセスできるよ！  
<https://www.fujimie.comuten.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★

HULAをやってみたいと思っていた方(^ いま！  
ごいっしょに始めてみましょう☆お子様連れの方は各自  
お子様の状況にご留意ください(^々)

日 時：12/11・12/25 (火)  
1/8・1/22 (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)。  
バウカト(練習用カト)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)



### スクラップブック

大切な写真・お気に入りの写真を可愛く  
ステキに飾ってみませんか？

とっても簡単!!

プレゼントにも最適です!!

◆12月作品◆・クリスマスカード

◆1月作品◆・ミニミニフォトブック

日 時：12/6 (木)・1/21 (月) 10:00~12:00  
参加費：1,050円 (材料費含む)

持ち物：写真・はさみ・のり (出来れば液体のり以外)  
お申込み：yk0527@gmail.com (福西)



## ★今月のおすすめカルチャー★

### こころ画教室

右手で絵を描き、左手で文字を書き  
添えます。男女問わず、お手本を  
真似るだけなので、初心者の方でも  
気軽に楽しんで頂けます。



◆12月作品◆・リース

※または、千支 (亥) の年賀状講習会 (講習費2,500円) もあり

◆1月作品◆・梅

日 時：12/9・1/13 (日) 13:30~15:30  
参加費：2,500円 (初回1,000円OFF)

※30分 500円のミニレッスンもあります。

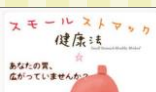
練習用画用紙をご持参ください。

持ち物：作品を持ち帰るための袋

お申込み：090-3265-8374 (辻上喜心)

### SS 健康法 +α LOVABLE

大きくなった胃を本来の大きさと  
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：1/10 (木)

①13:30~②14:00~③14:30~④15:00~

対 象：女性 (産後2ヶ月以降の方・妊婦さん不可です)

参加費：800円

お申込み：h.arumi@softbank.ne.jp (harumi)

### ヨガ教室

ヨガで心も体も元気になりましょう!



◆12月 MENU◆・腰痛対策ヨガ

◆1月 MENU◆・年明け食べ過ぎヨガ

日 時：12/5・1/9 (水) ①9:40~10:40

②11:00~12:00

対 象：女性限定 参加費：550円

持ち物：ハンドタオル (↓留守電可)

お申込み：090-1711-1084 (濱)

### ボイストレーニング

歌を中心にレッスンします。姿勢を意識して呼吸する  
ことで正しい発声を身につけます。

◆MENU◆・正しい姿勢の確認 ・腹式呼吸の仕方  
・歌に必要な声の出方 ☆その他要相談

日 時：12/11・12/25・1/8・1/22 (火)  
13:00~15:00

参加費：500円 持ち物：手鏡

お申込み：070-2294-7291 (大浦)

### ヒーリングアート体験

ヒーリングアートとは、世界で  
一番簡単に描け、心が  
温かくなれるアートです。  
絵心がなくても大丈夫。  
出来上がった作品を見て  
自画自賛してしまう自分を大好きになれるアートです。  
カラフルなアートを飾って HAPPY に♪



◆12月アート◆・はじまるアート・クリスマスツリー

◆1月アート◆・はじまるアート・新春

日 時：12/10 (月)・1/24 (木) 13:30~15:00

参加費：17~1,000円 (お試し価格) 持ち物：飲み物

お申込み：angelite.0124@gmail.com (彩乃)

### おもちゃ図書館 はちどりの森

障がいの有無に関係なく、子どもたちが  
安心して遊べる空間を提供いたします。  
予約なしで自由にどなたでも  
ご参加いただけます。

◆12月 MENU◆

・クリスマス遊び・お菓子のプレゼント

◆1月 MENU◆・お正月遊び

日 時：12/23・1/27 (日)  
10:00~12:00

対 象：0歳児~小学生

参加費：お一人50円 (保険代)

お問合せ：koji.m.i@icloud.com (代表 峯)

