

1月のイベントカレンダー

カフェはいつでもオープン(飲み物 ¥100)

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
AM			お正月休み	お正月休み			
PM							
	7	8	9	10	11	12	13
AM	ボランティア カフェ	みんなの キッチン	スマホ教室	出張オレンジ カフェ	おおまち 体操	母乳ケア キッズクッキング スタジオ	
PM			シナプソ ロジー		産後エクサ サイズ		
	14	15	16		17	18	19
AM		マザーズ ベイドカフェ	お習字教室 (定員一杯)		いけばな 教室		
PM							
	21	22	23	24	25	26	27
AM	井戸端 カフェ	みんなの キッチン	笑いヨガ	オープン プレイランド	頭とからだ の体操	母乳ケア	なかよし クラブ
PM	産後エクサ サイズ						
	28	29	30	31			
AM	昭和レトロ カフェ	ハーベスト カフェ	お習字教室 (定員一杯)				
PM				おくずりの 話			

の利用は事前に
申し込みが必要です。

ボランティアカフェ(7日) 10時~12時

キッズベースなどで、ボランティア活動をして頂ける方のためのカフェです。関心のある方もどうぞ。参加費 無料

みんなのキッチン(8日, 22日) 17時~19時

子どもも大人も大歓迎! みんなで一緒においしい夕食いかがですか。ご家族での参加もお待ちしております。
こども100円 おとな300円

スマホ教室(9日) 10時~12時

操作が難しい方、もっと色々使いこなしたい方、分かりやすく教えてください。初級~中級編です。参加費 無料

シナプソロジー(9日) 14時~15時

「左右で違う動きをする」といった慣れない動きや体操で脳に適度な刺激を与え、活性化を図りましょう。参加費 無料

出張オレンジカフェ(10日) 10時~12時

認知症の方・認知症の方のご家族・介護職の方・地域の方、みんなでおしゃべりしながら情報交換を行うカフェです。
参加費 カフェ代 200円

おおまち体操(11日) 10時~11時

理学療法士が生活に取り入れやすい簡単な体操をご紹介! 飲み物をお持ちください。参加費 無料

産後エクササイズ(11日, 21日)(特別主催)

13時~14時30分 骨盤と体幹の仕組みを理解し、自分軸を整えませんか? 産後の方、年齢問わず。赤ちゃん同伴可。
要予約 参加費 1500円

母乳ケア(12日, 26日) 9時~12時

助産師さんにお悩み相談しながら、母乳の出がよくなるマッサージを受けられます。
要予約 (各日定員2名) 参加費 無料

キッズクッキングスタジオ(12日) 10時~12時

小学生の皆さん、キッズベースのキッチンで料理を一緒に作ってみませんか? 管理栄養士が子どものための料理教室を開きます。要予約 保護者送迎要 参加費 500円

イベントで使っていない時間帯は、施設をご利用いただけます(有料)。お気軽に大町キッズベースにお問い合わせください。

マザーズベイドカフェ(15日) 10時~12時

保育士が子どもとの遊び方アドバイスや手作りおもちゃ制作などをします。参加費 カフェ代 200円

いけばな教室(18日) 10時~11時30分

先生と一緒にお花を生けて、毎日の生活に彩りをプラスしませんか。
要予約 定員10名 参加費 750円(花代と飲み物代)

井戸端カフェ(21日) 10時~12時

キッズベースに集まっておしゃべりしませんか? 話題は何でもOK! 参加費 カフェ代 200円

笑いヨガ(23日) 14時~15時

ヨガの呼吸法と笑いの体操で、笑って楽しく健康な体を作りましょう。参加費 無料

オープンプレイランド(24日) 10時~11時30分

今回は親子遊びを行います。お家の方も一緒に楽しく体を動かして遊びましょう。参加費 無料

頭とからだの体操(25日) 10時~11時

認知症・介護予防のため、楽しく頭とからだを動かしましょう。飲み物をお持ちください。参加費 無料

なかよしクラブ(27日) 10時~14時

地域で活動している障がいを持った方がみんなで活動したりお話をしたりする場です。今回は料理教室を予定しています♪
要予約 有料(食材費)

昭和レトロカフェ(28日) 10時~11時30分

良き時代「昭和」を思い出して、懐かしいあの頃のことをおしゃべりしませんか? 参加費 カフェ代 200円

ハーベストカフェ(29日)(特別主催) 10時~11時30分

おいしいお茶とお菓子を楽しみながら、いろいろなお話をお聞かせください。参加費 500円

おくずりの話(31日) 13時30分~14時30分

テーマ「薬の副作用について」近隣薬局の薬剤師さんによるお薬のおはなし。ご相談もOKです。参加費 無料