

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
AM			いけばな教室		おおまち体操	野菜販売	
PM	フリーカフェ	シナプソロジー	フリーカフェ		フリーカフェ		
	8	9	10	11	12	13	14
AM	ボランティアカフェ		絵手紙クラブ	頭とからだの体操	そば打ち体験	母乳ケア	
PM	産後ヨガ	みんなのキッチン	パパベース			野菜販売	
	15	16	17	18	19	20	21
AM	昭和レトロカフェ オープンブレイランド		お習字教室 (定員一杯)	囲い リッシュカフェ	出張オレンジカフェ	キッズクッキングスタジオ	
PM	フリーカフェ		笑いヨガ	産後ヨガ	フリーカフェ	不登校相談会	
	22	23	24	25	26	27	28
AM	おおまち民話茶屋(仮)	アレルギー料理教室		ぬり絵&折り紙教室 マザーズベイドカフェ	お習字教室 (定員一杯)	母乳ケア	なかよしクラブ
PM	フリーカフェ	みんなのキッチン	おくすりの話			野菜販売	
	29	30					

の利用は事前に申し込みが必要です。

フリーカフェ(仮) 11時30分~16時
今月中は飲み物無料！セルフサービスです。ランチの持ち込みもOK！みなさんでこのカフェの名前を考えてください！

シナプソロジー(2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

いけばな教室(3日) 10時~11時30分
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)

おおまち体操(5日) 10時~11時
リハビリスタッフ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

ボランティアカフェ(8日) 10時~11時30分
ボランティア活動に関心のある方どうぞ。参加費 無料

産後ヨガ(8日、18日)(特別主催)
8日：13時~14時30分 18日：10時~11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？赤ちゃん同伴可。要予約 参加費1,500円

みんなのキッチン(9日、23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？ ひとり100円 おとな300円

絵手紙クラブ(10日) 10時~11時30分
オリジナルの絵手紙を作ってみませんか？初めてでも安心。事前予約要 定員10名 参加費 100円

父親支援 パパベース(10日) 18時~20時
男性保育士カズシゲのイクメン育成計画が始まります！！途中参加・退出OKです。参加費(食事付)500円

頭とからだの体操(11日) 10時~11時
認知症・介護予防のため、楽しく頭と身体を動かしましょう。飲み物をお持ちください。参加費 無料

母乳ケア(13日、27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が受けられます。事前予約要 各日定員2名 無料

そば打ち体験(12日) 10時~12時
自分でそばを打ってみませんか？先生が優しく教えます。事前予約要 定員2名 そば材料費実費 1,000円

昭和レトロカフェ(15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 200円

オープンブレイランド(15日) 10時~11時30分
親子でお家でもできる運動遊びをしましょう！参加費 無料

笑いヨガ(17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

囲いリッシュカフェ(18日) 10時~11時30分
ABCの初歩から始めます。長年、アメリカで生活してきた方が講師です。アメリカの生活ぶりも聞けます。参加費 200円

出張オレンジカフェ(19日) 10時~12時
認知症の方・そのご家族・介護者・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200円

キッズクッキングスタジオ(20日) 10時~13時
小学生の皆さん、キッズベースのキッチンで料理と一緒に作ってみませんか？要予約 保護者送迎要 参加費500円

不登校相談会(20日) 14時~16時 無料
不登校でお悩みの方、関心のある方、お越しください。要予約

おおまち民話茶屋(仮)(22日) 10時~11時30分
みんなで民話聞いて、ほっこりしねえがい！参加費200円

おくすりの話(24日) 14時00分~15時00分
テーマ「おくすりの飲み合わせについて」近隣薬局の薬剤師さんによるお薬のお話。ご相談もOKです。参加費 無料

マザーズベイドカフェ(25日) 10時~12時
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保育士によるカフェです。参加費 200円

囲い幾何学アート&ユニット折り紙教室(25日)(特別主催)
10時~11時 アート教室、11時~12時 折り紙教室
今までになかったぬり絵と折り紙です。参加費 各500円