



2023年 12月活動予定表

※予定は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日	
			<p>ホームページは こちらから！→ フェイスブックや Instagramも ぜひご覧ください</p>	<p>1 工作をしよう ～ぐるぐる回るヤジロペー 作り～ 15:45～16:45 ともひさ先生</p>	<p>2 休所日</p>	<p>3 おでかけ！ ～内灘総合公園へ行こう～ 13:00～14:30 みんなで！</p>	
<p>4 自然のモノ作り ～クリスマスリース作り～ 15:45～16:45 こしいし先生</p>	<p>5 ポルダリング 15:45～16:45 さら先生</p>	<p>6 空中ヨガ 15:45～16:45 あき先生</p>	<p>7 バランスボール 15:45～16:45 ともよ先生</p>	<p>8 ぬくもりタッチセラピー 15:45～16:45 みわ先生</p>	<p>9 休所日</p>	<p>10 スイーツクラブ ～プリンを作ろう～ 10:30～11:30 ともひさ先生</p>	
<p>11 工作をしよう ～変声マイク作り～ 15:45～16:45 さや先生</p>	<p>12 グロース実験 ～食べられるもこもこ泡～ 15:45～16:45 さや先生</p>	<p>13 空中ヨガ 15:45～16:45 あき先生</p>	<p>14 ボールスポーツ ～空間把握能力を高めよう～ 15:45～16:45 しおさき先生</p>	<p>15 スイーツクラブ ～電子レンジでじゃがりこ 風おかし作り～ 15:45～16:45 さや先生</p>	<p>16 休所日</p>	<p>17 3B体操 13:00～14:00 にしむら先生</p>	
<p>18 スイーツクラブ ～三ツ矢サイダーで作る フルーツポンチ～ 15:45～16:45 ともひさ先生</p>	<p>19 12月お誕生日会 ～箱の中身はなんだろう？～ 15:45～16:45 みんなで</p>	<p>20 空中ヨガ 15:45～16:45 あき先生</p>	<p>21 バランスボール 15:45～16:45 ともよ先生</p>	<p>22 グロース射的大会 15:45～16:45 みんなで</p>	<p>23 休所日</p>	<p>24 ミニ忘年会 ～ピンゴ大会～ 13:00～14:00 みんなで</p>	
<p>25 クリスマス スイーツクラブ ～松ぼっくりケーキ作り～ 15:45～16:45 さや先生</p>	<p>26 まほうのアトリエ ～自由な工作をしよう～ 10:30～11:30 むらすみ先生</p>	<p>27 空中ヨガ 13:15～14:15 あき先生</p>	<p>28 休所日</p>	<p>29 休所日</p>	<p>30 休所日</p>	<p>31 休所日</p>	
<h2>活動紹介</h2>		<ul style="list-style-type: none"> ・ポルダリング→指先や足先の力を鍛えることができます。全身運動です！ ・空中ヨガ→シルクを使った浮いちゃえるヨガ。体幹や手足を鍛えられます！ ・ぬくもりタッチセラピー→本格的なマッサージ。リラックス効果があります！ ・バランスボール→楽しいバランスボールレッスン！主に体幹が鍛えられます！ ・まほうのアトリエ→様々なテーマで楽しい体験！発想力、指先などに良いです！ ・3B体操→3つのアイテムで楽しく運動！体幹や筋肉が鍛えられる有酸素運動！ ・ボールスポーツ→ボールを主に使い、空間把握能力や指先の力などを高めます！ 		<p>【スイーツクラブ、グロース実験、まほうのアトリエの活動について】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・汚れても良い服装でご参加ください。着替えのご用意もお願い致します。 <p>【12/3(日)の活動について】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水筒、タオル、帽子、防寒着をご持参ください。 ・雨天の場合は、室内遊びに変更致します。 <p>【年末年始の休所日】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・12/28(木)～1/2(火)となります。 			