

おもちゃびょういんと〜ぶ

- ◆にちじ 毎月 第1土曜日
10:00~11:30
- ◆こうし おもちゃドクター
- ◆もちもの こわれたおもちゃ

☆注意点☆

ゲームや危険なものなど取り扱えない物もあります。
その日になおらないときは入院になります。
部品代として費用がかかる場合もあります。(要相談)

多文化教室なないろ

- ◆にちじ 毎週木曜日10:00~11:30
 - ◆もちもの 筆記用具・勉強したいもの
- 【初めて参加される方は連絡してください。】
(参加費無料)

※日本語が分からず困っている方がいたら紹介してください。お気軽にご参加ください。

国籍や年齢に関係なくだれでも参加できます。人と人とのつながりを大切にしながら、困ったときは「お互いさま」の気持ちで、住みよいまちをつくっていきませんか。

「大切なわたし」を思い出す ~自分をいたわり 愛するための七つの方法~

身体が自分の心を守るしくみを知って、自分をいたわりいつくしむための方法を体験しましょう♪

日時：11月11日(土)14:00~16:00

場所：春日コミュニティ館

講師：浮田 明子さん(「ここから/いまここ」代表)

※人数把握のため申込みをお願いします。

ほっとすっきりタイム

整理収納個別相談会

(こころとものの整理収納)

- ◆にちじ 毎月第1・3月曜日
10:00~11:30 (祝日は休み)

*予約制・筆談相談可

- ◆ばしょ 春日コミュニティ館 和室
- ◆こうし 足立 育代さん

(整理収納アドバイザー・産業心理
カウンセラー)

気持ちに寄り添いながら、
じっくり話を聴きます。

やってみよう! スキンタッチ

~家庭で手軽にできる

親子のための健康法~

- ◆にちじ 10月26日(木)
14:30~15:30
- ◆ばしょ 春日コミュニティ館
- ◆こうし 杉原 安子さん(鍼灸師)
- ◆対象 未就学児と保護者
- ◆持参物 バスタオル
- ◆定員 10組程度※申込み必要



ツボや経路を刺激して
自律神経を整えます。