

# 子育て

# ライフアップ

子育てのひとつとき、少しほっと息抜きしませんか？  
 育児期の生活に役立つ知恵を学びながら、  
 リフレッシュと幸せ向上を目指す講座です。



## ◇日程・プログラム

日 程		時 間	内 容
1	6月11日(金)	10:00	色カルタで仲良くなろう！ & パーソナルカラー診断で自分発見！
2	6月25日(金)	～	夏のスノードーム作り ～涼しげな小物で夏を楽しもう～
3	7月 9日(金)	12:00	「ナラシド♪」を作ろう ～手作りマスコット作りに挑戦！～

## ◇対象者

乳幼児を持つ子育て中の方 **保育あり**  
 ※定員10名

## ◇持ち物

- ・参加費500円
- ・マスク（乳幼児のマスクについては、必須ではありません）
- ・保育を希望される方は、**お子様用の飲みもの**をお持ちください。  
（その他必要なものがあれば、一緒にお持ちください。）
- ・2回目以降の持ち物は、初回にお伝えします。

## ◇申込み

実花公民館まで、お電話もしくは窓口でお申込みください。

4月23日(金)午前9時より受付開始、ご本人もしくはご家族からのお申込みに限ります。

**TEL 047-477-8899**