



# VIVA! マナビバ!

受講券販売期間

## 2026年1月8日(木)～21日(水)

ヤマカまなびパーク 5階 9:00～21:30 ※月曜休館（祝日を除く）  
市立公民館・交流センター 9:00～17:00

ヤマカまなびパーク5階または市立公民館・交流センター窓口で  
お買い求めください。電話での取り置きはできません。

電話予約日 2026年1月7日(水) 9:00～15:00

※電話予約はこの日のみの受付です

予約専用ダイヤル ☎ (0572) 23-7035 支払締切日 2026年1月14日(水)  
お申込みの際は講座番号（例・A1）をお伝えください。

### 【電話予約についてのご注意】

- ・電話予約は2026年1月7日(水)のみ 専用回線での受付となります。  
（窓口・メール・専用ダイヤル以外の番号では受付できません）
  - ・9:00～10:00の時間帯は、おひとり様1講座の受付になります。
  - ・受講料のお支払いは2026年1月14日(水)までにヤマカまなびパークにてお願い致します。  
（※予約分のお支払いは他施設ではできません）
- 14日までにお支払いがない場合は予約が取消されますのでご注意ください。

### 【お申込みと受講についてのご注意】

1. 教材費・注文品の代金は、講座初日にアドバイザーに直接お支払いください。
2. 受講は申込者本人に限ります。
3. キャンセルは販売期間内（2026年1月8日(木)～21日(水)）に限ります。
4. 受講券販売期間終了後も成立講座に限り、ヤマカまなびパークにて販売致します。  
詳しくはヤマカまなびパーク ☎ (0572) 23-7022までお問合せ、またはホームページにてご確認ください。

### 分類説明

A…クラフト  
B…教養・ビジネス  
C…料理  
D…ダンス  
E…趣味  
H…健康  
J…和道  
K…子ども  
L…語学  
M…音楽  
R…リラクゼーション  
W…親子

### 個別授業

定員が2名までの個別対応の  
講座になります。

## A クラフト

講座番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜日回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
A1	着物の布で作る 花や小物 林みどり 脇の島公民館	着物の布で花や小物（季節飾り：5月の 節句など）、つるし飾りを作ります。お 手持ちの布や着物で、作ってみたいど んなものでもご相談いただけます。	2/13、20 3/13・20 13:00～15:00	金曜 4回	2,400円 3,000円～	5名 どなたでも	裁縫道具 （不安な方はお問い 合わせください）
A2	Haru 色リース Y.Miwa ヤマカまなびパーク	木の実を楽しむトロッケンクランツの リース作りです。すべての材料にワイヤ リングをして編んで作ります。初心者の方 もお気軽にご参加ください！	2/11 13:00～15:00	水曜 1回	600円 2,900円	6名 成人女性	持ち帰るための袋 眼鏡（必要な方）

## B 教養・ビジネス

講座番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜日回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
B1	AI と歩む 豊かなシニアライフ 岡田芳明 ヤマカまなびパーク	スマホだけでOK！初心者向けChatGPT 講座。AI（ChatGPT）を使ってみたい が最初の一步が踏み出せない方向け。 実際にスマホを使いながら学びます。	2/5・12 3/5・12 14:15～15:45	木曜 4回	2,400円	12名 成人	スマートフォン 筆記用具
B2	税・社会保険・ 年収の壁を知ろう 小林篤典 ヤマカまなびパーク	給与明細・源泉徴収票・住民税通知書 で難しい…。でも、そこから社会保険料・ 所得税・住民税の仕組みを知り『年収 の壁』も理解しよう。可能な節税策も 学べます。	3/1・8・15・22 9:15～10:15	日曜 4回	2,400円 500円	10名 成人	筆記用具 電卓
B3	インフレ時代の 手間なし資産形成 小林篤典 ヤマカまなびパーク	インフレ時代に『ほったらかし投資』で『じ ぶん年金』を作り上げよう。正しく恐 れて正しく向き合えば素人でもできる。 NISA や iDeCo もわかる。出口戦略も 考えよう！	3/1・8・15・22 10:30～11:45	日曜 4回	2,400円 500円	10名 成人	筆記用具

## C 料理

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
C1	基本の「キ」 旬の野菜で極上レシピ 林みどり 根本交流センター	お料理が初めてな方のための基礎から学べる講座です。包丁の持ち方ひとつでスイスイ切れて、くたびれ知らずで気分はプロ！メニューはリクエストから決めていきます。	2/15・22 3/8・22 10:00～13:00	日曜 4回	2,400円 3,200円	16名 どなたでも	エプロン、台ふき 三角巾等 持ち帰り用容器

## D ダンス

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
D1	フラ 踊ってみませんか？ 伊藤早苗 養正交流センター	心身ともに癒されるフラでストレス解消。初めてさんでも大丈夫です。ハワイの文化に触れながら、楽しい時間を過ごしましょう。 ※パウスカート無料貸出あり	2/2・16 3/2・16 18:30～20:00	月曜 4回	2,400円	10名 どなたでも	タオル、飲み物 動きやすい服装
D2	お試しバレエ 寺本ゆかり 小泉公民館	バレエ入門クラスです。体が硬い方やスポーツが苦手な方でも大歓迎です。お試し後に引き続きレッスンを希望される方には、同好会（他の会場、曜日、時間あり）のご案内が可能です。 ※バレエシューズ希望者別途2,700円	2/28 19:00～20:00	土曜 1回	600円	10名 女性 (中学生以上)	バレエシューズ (くつ下でも可) 動きやすい服装
D3	メレ(歌)で旅する ハワイとフラ 毛利恭枝 市之倉公民館	ハワイの歴史、言葉、そしてフラについて学びます。お話し多めの講座です。1曲の歌を通してハワイを少し理解し、フラは何をどのように表現しているかを体験しましょう。	2/7・14・21 3/7・14 9:00～10:00	土曜 5回	3,000円	20名 どなたでも	タオル、飲み物 筆記用具

## E 趣味

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
E1	手ぶらで水彩画 小泉 天野登功広 小泉公民館	当方で用意した透明水彩絵の具を使って、水彩画の色の塗り方、手順、にじみ、ぼかしなどの技法を紹介し、風景・静物等を描く体験をしていただきます。	2/7・21 3/7・21 10:00～12:00	土曜 4回	2,400円 800円	13名 中学生以上	なし
E2	手ぶらで水彩画 脇之島 天野登功広 脇之島公民館	当方で用意した透明水彩絵の具を使って、水彩画の色の塗り方、手順、にじみ、ぼかしなどの技法を紹介し、風景・静物等を描く体験をしていただきます。	2/6・20 3/6・20 10:00～12:00	金曜 4回	2,400円 800円	8名 成人	なし
E3	お試し木炭デッサン 寺本ゆかり ヤマカまなびパーク	全く初めての方でも、画材の使い方など基礎から体験できるので安心です。お試し後に引き続き受講を希望される方には同好会への案内をさせていただきます。	2/24 13:00～14:30	火曜 1回	600円 1,300円	7名 どなたでも	目玉クリップ(大)4個 ハンカチ大の布 (汚れてもよいもの) 食パン(1枚)
E4	【昼】 チョークアートあそび イトモリコ ヤマカまなびパーク	ブラックボードにオイルパステルという画材で、花モチーフを描きます。指を使って混ぜながら仕上げます。じっくり作りましょう。☆初心者さんも大歓迎☆	2/12 3/19 10:00～12:00	木曜 2回	1,200円 1,500円	6名 どなたでも	エプロン、筆記用具 持ち帰り用の靴
E5	【夜】 チョークアートで色あそび イトモリコ ヤマカまなびパーク	ブラックボードにオイルパステルという画材で描きます。指を使って混ぜながら仕上げます。見本はあります。安心してじっくり作りましょう。 ☆初心者さんも大歓迎☆	2/3 3/24 18:30～20:00	火曜 2回	1,200円 1,500円	6名 どなたでも	エプロン、筆記用具 持ち帰り用の靴

## H 健康

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
H1	心と身体に やさしい呼吸法 けいこ あすか ヤマカまなびパーク	正しい呼吸は健康法の基礎。呼吸法の基本と上達のコツを紹介します。五感健康法もとりいれ、呼吸法にあわせた体操も紹介します。ハーブのお話も楽しめます。	2/28 3/7・14・21 13:30～15:00	土曜 4回	2,400円	6名 女性	飲み物 動きやすい服装
H2	椅子フラダンスで 70歳から輝く Sen 精華交流センター	介護福祉士が教える椅子に座って行うフラダンスです。ハワイ音楽を聞きながら上肢をしっかりと動かします。後期高齢時代をキラキラの毎日で迎えましょう。	2/4・11 3/4・11 13:00～14:00	水曜 4回	2,400円	5名 成人	飲み物 動きやすい服装

・講座開講 1 時間前に多治見市に気象警報が発令されている場合は休講となります。  
・会場へはできるだけ公共交通機関をご利用ください。  
(ヤマカまなびパーク駐車場は有料です)

H3	60歳からの ズンバダンスと筋トレ ヘレン ヤマカまなびパーク	お試しクラス。全国的に注目されている たのしいズンバダンスと正しい筋トレで、 筋力、体力をつけ、健康寿命を延ばし ます。ラテンや世界の音楽に合わせて 笑顔でエクササイズ。	2/5・19 10:00~12:00	木曜 2回	1,200円	20名 60才以上	ヨガマットまたはバスタオル 飲み物 ひも付き運動靴 動きやすい服装
H4	気楽に楽しむ 初めてのズンバダンス ヘレン 小泉公民館	ラテン系のリズムに合わせ、体を自由に 動かして楽しむエクササイズです。上手 い、下手は全く関係ないので、ダンス 経験がなくても楽しめます。運動不足を 解消したい方に最適です。	2/6・13・20・27 3/6・13・20 19:00~20:00	金曜 7回	4,200円	20名 成人	ヨガマットまたはバスタオル 飲み物 ひも付き運動靴 動きやすい服装
H5	60歳からの健康フラ yayo ヤマカまなびパーク	筋トレや脳トレに◎ ハワイアンソング で癒されながら楽しくインナーマッスル を鍛えましょう。基本のステップからゆっ くり進めていきます。椅子の利用、ご 夫婦での参加も◎	2/6・20 3/6 10:00~11:00	金曜 3回	1,800円	10名 60才以上	タオル、飲み物 動きやすい服装 筆記用具
H6	お試しボディケア体操 長野ますみ 小泉公民館	セルフマッサージや全身を動かす体操 で、血行促進、体調維持改善を目指し ます。個人に合った体のケアが習得でき ます。継続希望の方には、同好会の案 内をさせていただきます。	3/10・24 10:00~11:30	火曜 2回	1,200円	13名 成人女性	動きやすい服装 タオル ヨガマットまたはバスタオル 飲み物 エクササイズバンド(貸出可)
H7	楽しく健康に 体力メンテナンス 近藤加奈 笠原交流センター	バランスボールはどなたでも無理なくで きる関節に負担の少ない有酸素運動で す。肩こり・腰痛・体のゆがみ・尿漏れ の改善、自律神経を整えるなどたくさん の効果があります。	2/13・27 3/13 13:30~15:00	金曜 3回	1,800円	10名 成人	ヨガマットまたはバスタオル タオル、飲み物 動きやすい服装 バランスボール (300円で貸出可)
H8	背骨コンディショニング 恒川道子 ヤマカまなびパーク	ゆるめる・矯正する・筋トレの三要素で、 背骨の歪みを整え、全身の不調を根本 から改善するプログラム。ご自身の体 力に合わせて、気持ち良く行える運動で す。	2/4・18・25 3/4 14:00~15:00	水曜 4回	2,400円	15名 成人	ヨガマットまたはバスタオル フェイスタオル、飲み物 動きやすい服装
H9	免疫力、殺菌作用の あるスプレー作り 荒木真奈美 勤労者センター	風邪気味の時に症状を和らげる効果が 期待されている精油を使って、スプレー を作ります。	3/7 13:00~14:00	土曜 1回	600円 1,900円	20名 小学生以上	新聞紙数枚

J 和道

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
J1	茶の湯 (表千家) 山本宗甫 ヤマカまなびパーク	心を込めた一服の茶を心静かにいただき、日本の伝統文化にふれてみませんか？忙しい日常を忘れ、穏やかなひとときを過ごしませんか？初心者の方歓迎いたします。	2/6・13・20 3/6・13 10:00~12:00	金曜 5回	3,000円 2,250円	6名 成人	白のソックス 女性の方はスカート
J2	きもの着てみましょ 加藤美重子 ヤマカまなびパーク	はじめての着付を体験してみたい方、忘れていた着付を思い出したい方、ズート手を通さずタンスに気になる着物や帯のある方。着物に手を通し帯結び練習して着物でお出かけしましょ。 ※着物クリップ無料貸出あり	2/7・21 3/7・14・21 13:00~15:00	土曜 5回	3,000円	7名 成人女性	着物(単衣、袷衣)、長襦袢、肌着、足袋、衿芯、帯板、帯枕、帯(半巾、名古屋、袋)、帯揚げ、帯メ、ひも6本、伊達メ2本、薄手タオル5枚、着物用クリップ3本
J3	いけばな体験 草月流 浦野忍花 ヤマカまなびパーク	好きな器で花を飾りたい、伝統文化に触れてみたい、それぞれの思いで体験してみませんか。希望者は、免状取得も目指せます。 ※免状取得希望者は別途テキスト代1,650円	2/7 3/7 10:30~12:00	土曜 2回	1,200円 2,400円	12名 小学生~成人	花器、剣山 花ばさみ、雑巾 ごみ袋、持ち帰り袋
J4	いけばな 草月流 浦野忍花 ヤマカまなびパーク	好きな器で花を飾りたい、伝統文化に触れてみたい、それぞれの思いでお花をいけてみませんか。希望者は、免状取得も目指せます。 ※免状取得希望者は別途テキスト代1,650円	2/5 3/5 10:30~12:00	木曜 2回	1,200円 2,400円	12名 成人	花器、剣山 花ばさみ、雑巾 ごみ袋、持ち帰り袋





J5	筆文字を書く はじめの一步・昼 福田凌華 ヤマカまなびパーク	初めての方、久しぶりの方のお試し講座です。3回で基本の線と“永”の字を書き、筆運びの楽しさ・難しさ・面白さ・紙の違いを体験していただきます。	2/5・12・19 13:30～15:00	木曜 3回	1,800円 1,000円	8名 成人	書道用具(あれば) 新聞紙、タオル ※初回は筆、紙、墨液の準備がなくてもOKです。
J6	筆文字を書く はじめの一步・夜 福田凌華 ヤマカまなびパーク	初めての方、久しぶりの方のお試し講座です。3回で基本の線と“永”の字を書き、筆運びの楽しさ・難しさ・面白さ・紙の違いを体験していただきます。	2/5・12・19 18:30～20:00	木曜 3回	1,800円 1,000円	8名 成人	書道道具(あれば) 新聞紙、タオル ※初回は筆、紙、墨液の準備がなくてもOKです。

## K 子ども

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
K1	ダンボール歯車 メリーゴーランド 村田祐一郎 ヤマカまなびパーク	ダンボールの歯車を使って、くるくる回るメリーゴーランドを作ります。	2/7 10:00～12:00	土曜 1回	600円 500円	8名 幼児～小学生	はさみ、木工用ボンド 汚れてもよい服装

## L 語学

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
L1	チャーリーと 大人英会話 チャーリー ヤマカまなびパーク	英会話に興味のある全ての大人の方へ。それぞれのレベルに合わせて柔軟に対応します。ぜひお気軽にご参加ください。	2/1 3/1・15 9:00～10:00	日曜 3回	1,800円 500円	10名 成人	飲み物

## M 音楽

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
M1	【昼】基礎から学ぶ 【美濃焼オカリナ】 鈴木夏織 協之島公民館	割れにくく音程が良いと話題の【美濃焼オカリナ】。基礎練習を重ねて表現力・演奏力を養いましょう。全くの初心者さんも、やり直したい経験者さんもうぞ。 ※美濃焼オカリナ希望者別途4,200円～	2/10・24 3/10・24 10:00～12:00	火曜 4回	2,400円 1,200円	20名 どなたでも	美濃焼オカリナ(貸出可) ノート、筆記用具
M2	【夜】基礎から学ぶ 【美濃焼オカリナ】 鈴木夏織 ヤマカまなびパーク	割れにくく音程が良いと話題の【美濃焼オカリナ】。基礎練習を重ねて表現力・演奏力を養いましょう。全く初心者さんもう、やり直したい経験者さんもうぞ。 ※美濃焼オカリナ希望者別途4,200円～	2/4・18 3/4・18 18:00～20:00	水曜 4回	2,400円 1,200円	20名 どなたでも	美濃焼オカリナ(貸出可) ノート、筆記用具
M3	大人のための バイオリン(土曜) 安藤三記子 ヤマカまなびパーク	楽譜が読めないから、もう歳だからとあきらめていませんか？どなたでも気軽にバイオリンにふれ合い、楽しく弾いて頂ける大人のためのバイオリン講座です。	2/7・21 3/7・21 15:00～17:00	土曜 4回	2,400円 200円	6名 成人	バイオリン(貸出可)
M4	大人のための バイオリン(木曜) 安藤三記子 ヤマカまなびパーク	楽譜が読めないから、もう歳だからとあきらめていませんか？どなたでも気軽にバイオリンにふれ合い、楽しく弾いて頂ける大人のためのバイオリン講座です。	2/12・26 3/5・12 13:00～15:00	木曜 4回	2,400円 200円	6名 成人	バイオリン(貸出可)

## R リラクゼーション

講座 番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜 日 回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
R1	姿勢改善・ 美脚美尻ピラティス 半澤登志子 ヤマカまなびパーク	ピラティスでボディメイク！姿勢改善や下半身のラインを整え、美脚美尻を目指します。呼吸を深める為、精神安定にも役立つメソッドです。	2/6・13・20・27 3/6・13・20 19:00～20:00	金曜 7回	4,200円	8名 成人女性	ピラティスマットまたは厚みのあるヨガマット テニスボール2個 タオル、飲み物 動きやすい服装 (ジーパン不可)
R2	おひさまヨガ 林さおり 精華交流センター	優しい動きでゆっくりほぐし、全身をポカポカ温めるヨガです。運動不足の方や運動経験のない方でも安心して参加していただけます。初めての方もお勧めです。	2/3・10・17・24 3/3・10・17 13:30～14:45	火曜 7回	4,200円	8名 どなたでも (妊娠中の方は除く)	ヨガマット、タオル 飲み物 動きやすい服装



<b>R3</b>	<b>楽しいヨガ (ゆったりクラス)</b> IKUYO 根本交流センター	初心者の方、シニアの方向けのヨガです。基本的なポーズを無理なく、心地の良い所までより楽に行いますが、ヨガらしさは充分実感できる講座です。	2/18・25 3/4・11 <b>14:10~15:40</b>	水曜 4回	2,400円	10名 どなたでも	ヨガマット、タオル 飲み物 動きやすい服装
<b>R4</b>	<b>エンジョイヨガ</b> IKUYO 小泉公民館	準備運動の中にヨガポーズを取り入れて、頭の先から足まで全身をほぐしてから、連続で立ちポーズ。ゆっくり座位、寝位のポーズ等、緩急をつけたヨガを行います。	2/5・12・19・26 3/5・12 <b>10:10~11:40</b>	木曜 6回	3,600円	10名 どなたでも	ヨガマット、タオル 飲み物 動きやすい服装
<b>R5</b>	<b>冬も健やかヨガ ☆陰ヨガお試し☆</b> 下山真穂 ヤマカまなびパーク	ゆっくり静かに心身を深〜くゆるめていく「陰」と、筋肉にアプローチしていく「陽」で、心身の陰陽バランスを整えましょう。めぐりを良くして内側からポカポカ☆冬も元気に!	2/21・28 3/7・21 <b>13:30~14:45</b>	土曜 4回	2,400円	8名 どなたでも	ヨガマットまたは敷物 タオル、ブランケット 飲み物 動きやすく体温調整しやすい服装
<b>R6</b>	<b>ぽかぽか♡ ぐっすり☆リラックス</b> 下山真穂 ヤマカまなびパーク	静かにゆっくりと身体を深部からゆるめて行きましょう。筋肉をアプローチしていく陽の要素もプラスして、バランスを整えて自然治癒力を引き出し、冬も笑顔で乗り越えましょう♡	2/5・12・19 3/5・12・19 <b>18:30~20:00</b>	木曜 6回	3,600円	13名 どなたでも	ヨガマットまたは敷物 タオル、ブランケット 飲み物 動きやすく体温調整しやすい服装
<b>R7</b>	<b>はじめてピラティス</b> 山森孝子 市之倉公民館	体幹を鍛え、骨盤底筋群を強化しましょう。姿勢改善、腰痛の緩和が期待できます。足の裏側から整えましょう。初めての方も気軽にご参加ください。	2/2・16 3/2・16 <b>13:30~14:45</b>	月曜 4回	2,400円	12名 女性	ヨガマット (必須) フェイスタオル 飲み物 動きやすい服装
<b>R8</b>	<b>らくらくヨーガ</b> 磯谷淳子 根本交流センター	寒い日々で身体コチコチ。おおいに笑う笑いヨガでスタートします。全身キラキラ輝きます。大きな声は呼吸と筋肉を刺激。汗も涙も老廃物も出ます。できる動きから一生懸命。	2/1・15 3/1・15・22 <b>13:30~15:00</b>	日曜 5回	3,000円	10名 女性	ヨガマット、タオル 飲み物 動きやすい服装
<b>R9</b>	<b>からだの調子を整える ヨーガ</b> 磯谷淳子 小泉公民館	心身の不調が、歪み・偏りとなり痛みが出ます。不調をヨーガの呼吸と動きで笑顔で整えましょう。ポイントは今使っているところを意識し、無理せずできるところから楽しく一生懸命。	2/7・21・28 3/7・14・21 <b>10:00~11:30</b>	土曜 6回	3,600円	10名 女性	ヨガマット、タオル 飲み物 動きやすい服装

## W 親子

講座番号	講座名	アドバイザーからのコメント	日程・時間	曜日回数	受講料 教材費	定員 対象	持ち物
<b>W1</b>	<b>ベビー&amp;キッズマッサージ</b> 岩川綾子 ヤマカまなびパーク	4カ月以上のお子様を対象にベビーマッサージをお伝えします。キッズにも大きな効果がありますので何歳の子どもでも参加 OK! 触れ合う時間を楽しみましょう。パパもぜひ!	2/4・18 3/4・18 <b>10:15~11:30</b>	水曜 4回	2,400円	7組 親と4ヶ月以上のお子様	バスタオル 飲み物
<b>W2</b>	<b>親子のふれあい ハンドマッサージ 月曜</b> 加藤陽子 笠原交流センター	心地よいアロマの香りに包まれながら、親子でお互いの手に優しく触れてぬくもりを伝え合うコミュニケーションケア。子どもは安心し、親もほっと癒される時間となります。	3/2 <b>10:30~11:30</b>	月曜 1回	600円 500円	10組 親と未就学児 (2~6才)	バスタオル1枚 フェイスタオル1枚 肘まで上がる汚れてもよい服
<b>W3</b>	<b>親子のふれあい ハンドマッサージ 土曜</b> 加藤陽子 笠原交流センター	心地よいアロマの香りに包まれながら、親子でお互いの手に優しく触れてぬくもりを伝え合うコミュニケーションケア。子どもは安心し、親もほっと癒される時間となります。	3/7 <b>10:30~11:30</b>	土曜 1回	600円 500円	10組 親と未就学児 (2~6才)	バスタオル1枚 フェイスタオル1枚 肘まで上がる汚れてもよい服
<b>W4</b>	<b>親子レッスン チャーリーと英語で遊ぼう</b> チャーリー ヤマカまなびパーク	1才半~3才のお子様と保護者を対象にした英会話クラスです。楽しい英語の歌とゲームを覚え、おうちでのふれあいをもっと楽しく特別に!	2/1 3/1・15 <b>11:00~11:45</b>	日曜 3回	1,800円 500円	10組 親と1才半~3才のお子様	ヨガマット 飲み物



M2



R1



R2



R3・R4



R5・R6



W2・W3