

☆市内外関係なく、子育て中の方ならどなたでも参加可能です。

有料レッスン・イベント	レッスン・イベント日	時間	対象	定員	参加費	内容紹介
親子でわくわく♪リトミック1才児	★ 毎月 火曜日(月3回)	11:00~11:50	1才児親子	13組	1回¥600	季節の歌を歌ったり、リズム・からだ遊びをして楽しい時間を過ごしましょう♪音楽を通して、自己肯定感と表現力を育みます。
親子でわくわく♪リトミック0才児		10:00~10:50	0才児親子	13組	1回¥600	
ママさんのためのヨガ	★ 不定期開催	10:00~11:30	子育て中の方	15名	1回¥600	子育て奮闘中のママさん、ヨガでリフレッシュしてみませんか?深い呼吸を意識しながら心身共にとてもリラックスできるヨガです。
クラシックバレエ	毎週 火曜日(月4回)	①16:00~16:40 ②16:40~17:20	①年少~年長 ②小学生	各12名	月¥4000	ストレッチやバレレッスン、スキップ、ジャンプなどを通して、リズム感・華やかさを養うレッスンです。 ※初回無料体験も受付中です。
キッズダンス リズム&ちびっこヒップホップコース	毎月 第1・3木曜日コース 毎月 第2・4木曜日コース	16:30~17:30	年少~小学2年生	各20名程度	月¥2000	キッズダンスは、リズム感や運動神経、体幹が鍛えられます。 ダンスが好きなお子集まれ~!! ※初回無料体験も受付中です。
キッズダンス ヒップホップコース	毎月木曜日(月4回)	17:30~18:30	小学生		月¥4000	
わくわく親子カラテ教室	★ 毎月 第2・4土曜日	13:00~14:00	3才~小学6年生	10組程度	月¥1500	空手道の基本を楽しく稽古する教室です。*初回無料体験も受付中です。
赤ちゃんと一緒にエクササイズ ベビーダンス	毎月 第4金曜日	10:00~11:00	健康な首のすわった3ヶ月~24ヶ月の親子	8組	1回¥600	赤ちゃんとスキンシップがたっぷり! グズっていた赤ちゃんが泣きやむ!親子同時にHAPPYタイム!
無料レッスン・イベント	レッスン・イベント日	時間	対象	定員	事前予約	内容紹介
げんkiyoく つくってあそぼう!	不定期(月1回)	16:00~17:00	小学6年生までの親子	8組	必要	工作をして楽しめます。自分でモノを作ることにより思考力・創造性等が育ちます。
♪はじめての音楽♪ ママとうたって、あそぼう!	毎月 金曜日(月1回)	10:00~11:00	0~2才の親子	20組程度	必要	ピアノの音に合わせて、歌ったり体を動かしたりします。小さい時から音楽に合わせて歌ったり、楽器を鳴らしたり、身体を動かすことはとても大切です!
骨盤ケア	★ 毎月 第1・3木曜日	10:00~11:00	子育て中の方	7名程度	必要	産後の歪んだ体を整えませんか?同じ姿勢での抱っこ・おんぶをして体に負担をかけていませんか?そんな方にピッタリの骨盤ケア教室です。
タッチケア	★ 毎月 第2・4木曜日	10:00~11:00	ハイハイする前のお子さんとその保護者(ママ)	8組	必要	音楽に合わせて赤ちゃんヨガをしたり、読み聞かせをします。 また、タッチケアの必要性やポイント等を理論的に説明し、効率よくケアができるような学びの場です!
ステップアップタッチケア	★ 毎月 第2・4木曜日	11:00~12:00	タッチケアに参加したことのあるお子さんとその保護者(ママ)	8組	必要	
パパのタッチケア	毎月 第4日曜日	10:00~11:00	ハイハイする前のお子さんとその保護者(パパ)	5組	必要	赤ちゃんパパだけによるタッチケア☆イクメンパパになってお子さんと、もっともっとコミュニケーションをとってパパを大好きになってもらいましょう!
プレママクラブ	毎月 第3火曜日	10:00~11:00	おなかに赤ちゃんがいる方とその家族	10名程度	必要	マタニティライフを楽しめるように、胎教、呼吸法、赤ちゃんとの遊び方などを音楽をとおして学ぶことができます。素敵なママ友作りもこのクラブで!
マタニティヨガ	★ 不定期(月1回)	10:00~11:30	安定期にはいった妊婦さん	10名	必要	運動不足解消、出産の不安解消、お友達作りなど、ヨガをしながら心も身体もリフレッシュしましょう!助産師さんも常駐で安心です!
リズム体操	毎月 土曜日(月1回)	10:00~11:00	小学6年生までの親子	10組	必要	誰でも無理なくできる楽しい体操です。 音楽に合わせてリズムカルに全身を鍛えます。一緒に楽しみ、絆もアップ!
おりがみだいむ	不定期(月1回)	15:00~16:00	小学6年生までの親子	10組	不要	季節のモノをおりがみで折って楽しめます。
1歳はじめてのおたんじょうび会	毎月 第4水曜日 ※変更する場合がございます	10:30~	その月に1才のおたんじょうびを迎えるお子様とそのご家族	なし	必要	おたんじょうび月をみんなで祝いましょう!同じ月に産まれたお子さんが集まるので、お互いの成長も確認し合えます。
ママたちのおしゃべりあわー	毎月 第2金曜日 ※変更する場合がございます	10:00~	子育て中のママ・パパ・妊婦さん	なし	不要	気になっていること・聞いてもらいたいことなどなんでもOK!保育士やママたちとお話して気分転換しましょう。身長・体重も測れます。

*翌月レッスン(教室)・イベントの申込み受付は、前月の10日から事務室にておこなっております。

★ ← レッスン中の無料一時預かりが可能です。

各月によって、レッスン・イベント日が異なる場合がございます。

各レッスン・イベントスケジュール(別紙)にてご確認ください。

*一時預かりされる方は、事前登録と事前予約が必要になります。

レッスン・イベント、一時預かりのお問い合わせ:天童市子育て未来館 げんキッズ

TEL:023-651-8240