

胎教・ベビー・幼児 リトミック

←2つのリトミック講座→

脳活性化リトミック&ストレッチ

妊娠6か月でおなかの赤ちゃんは音を聞き分け始め、1歳迄に50%、3歳迄に80%の脳が完成します。だからこそ音楽教育法：リトミック！

<リトミックの効用>

- ・リズム感の発達、脳の成長
→ 身体・感覚・知的面の向上
- ・潜在能力（集中力、思考等）の育成
- ・子どものストレス発散、お母さんのリフレッシュにも

★希望者には、子育て相談・ワンポイントアドバイスも行います。

対象者：妊娠6か月以上の妊婦さん、0歳～未就園児のお子さんと保護者の方、ご兄弟連れも歓迎

日時：11月13日（火）
15:30～16:30

参加費：500円

★おみやげにプレママやお子様におすすめ食物繊維たっぷりのノンカフェインのお茶オルソを差し上げます★

服装等：動きやすい服装、タオル、飲み物



『リトミックだいすき!』（楽譜）
石丸由理 著 より

耳慣れた曲などでリズムをとったり、簡単なストレッチを行います。**筋肉の衰えを防ぎ、脳を活性化。認知症予防や転倒・寝たきり予防にも。**体が変わる1日5分ストレッチも学べます。

対象者：40歳以上 どなたでも

日時：11月13日（火）
17:00～18:00

参加費：500円

服装等：動きやすい服装、タオル、飲み物



リトミックとは：

スイスの作曲家・音楽教育家ダルクローズ（1865～1950）が考案した音楽教育法。音楽に反応して動くことで、心身の調和を図り、人の可能性を大きくする教育です。

講師：北澤 裕美子

上野学園大学ピアノ科卒。小学校教師の後、ピアノ・リトミック講師として23年。保育士。子育て支援のNPO法人理事。

問合せ・参加申込先／048-476-4600（平日9～17時）

教室の場所：志木サテライトオフィス教室棟

沿線最安値

ネイルサロン体験
指先から元気に！

ウォーターケアと
カラー（マニキュア）

[1時間] 2,000円～

ジェルネイル

[1時間半] 3,500円～

毎週火、木、日曜の11時～20時（最終受付18時30分）

※要予約。お電話ください。
048-476-4600（平日9～17時）



はじめてのヨガ

1回 1,500円

◆土曜 10:00～11:30

定員5名以内

（初回参加の方は事前にお電話ください）
運動しやすい服装で（更衣室も有）
大きめのバスタオルやヨガマット
をご持参ください

場所：柳瀬川駅前
サミットストア上4階

お申込み先：
090-1749-7157



受講料
1回あたり
500円割引券
（初回のみ）

レンタルオフィスご利用料金

（いずれも消費税は別途）

- 敷金・礼金・保証金一切なし
- 法人登記も可 ● 駅から1分

タイプ1-月額 40,000円

（165×180cmのブースの専有利用、ワゴン、インターネット接続）

タイプ2-月額 25,000円

（120×70cmの机の専有利用、ワゴン、インターネット接続）

タイプ3-月額 20,000円

（100×70cmの机の専有利用、インターネット接続）

タイプ4-月額 10,000円

（空いている机の利用が平日9～17時のみ可能、会議スペース利用は原則NG、インターネット接続）

お問合せ・お申込み 048-476-4600（平日9～17時）

イベント名	日時	場所	内容など	その他
週末よしもと「志木お笑い祭り」	平成25年1月26日（土） 午後5時開演 （開場30分前）	志木市民会館ホール （048-474-3030）	吉本興業を代表する若手芸人達が全国を縦断する「週末よしもと」。来年も志木市にやっています！	前売3,500円、 当日4,000円 （全席指定、税込） 販売中
だれでも楽しめる ハワイアンフラ&タヒチアンダンス	毎月第1・3火曜日 午後7時～8時	ふれあいプラザ [マルイファミリー志木8階]	初級講座 （問合せ：志木市民会館 048-474-3030）	1,000円（1回）
よみきかせ	毎週金曜日 午後3時45分～4時15分	志木市立いろは遊学図書館 （048-471-1478）	いろいろな絵本を読みます	3歳くらいから

※ 詳細は各施設へお問い合わせください

シニアイベント