

## 冬季講座

|     |                                                            |                                                                                      |
|-----|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 講座名 | キラキラ☆スノードームをつくらう                                           |    |
| 内容  | 動かすとキラキラと雪のようにラメが舞う、小さな世界でかわいいスノードーム。中学生以下のこどもを優先します。      |                                                                                      |
| 講座名 | プロに聞く「スマホの写真術」                                             |    |
| 内容  | カフェの室内で撮るスイーツや料理、屋外の冬景色を撮るコツを学びます。今回はiPhoneをお持ちの方限定です。     |                                                                                      |
| 講座名 | 親子で繋がるベビーヨガ                                                |  |
| 内容  | ほんの少し自分に優しい気持ちを向けるヨガ。肩こり腰痛、産後の冷えなどおうちでも出来る簡単なセルフケアもお伝えします！ |                                                                                      |
| 講座名 | たのしく英語でリトミック                                               |  |
| 内容  | 英語とリトミックの組み合わせにより、英語独特のリズム感を身体で覚えるリズム遊びです。                 |                                                                                      |