

# 親子で学ぼう夏休み！！

NPO法人こころ・からだ研究所では、夏休みに親と子がコミュニケーションを取る機会を作る目的と、夏の暑さに打ち勝ち、宿題を親と子で考える、そんな企画をご用意しております。

夏休みの宿題制作のヒントにするもよし、楽しいひとときにするもよし、夏バテを吹き飛ばし、こころとからだに良いことしてみましょ～！

場所：西宮市市民交流センター B会議室

日時	内容	費用	持ち物・備考
<b>8/3(月)</b> ①10:30-11:30 ②13:00-14:00 ③15:30-16:30 ④17:00-18:00	<b>ハーブで作る・香る万華鏡</b> 色と形が特徴的なハーブを使って、ひと味違う万華鏡を作ります。筒のデコレーションも思い思いに、仕上げは好きな香りを付けて完成！ ハーブや香りのお話も聞けます。 	会員 500円 一般 700円 材料費 1000円 お子様はご兄弟1人増える毎に250円(一般350円) 材料費は1000円追加	筆記用具 飲み物(水分補給用)  ☆完成♡☆
<b>8/3(月)</b> 19:00-20:00	<b>楽しくゆらゆらモビールづくり</b> モビールとは、天秤でつり合いをとる空間の飾り物。空気の流れて動き、赤ちゃんから大人まで楽しめます。お子様向けのカラフルな色と形、オトナ向けのシックな色とシルエット。親子さんで好きな方を作ってみましょ♪	会員 500円 一般 700円 材料費 1000円 お子様はご兄弟1人増える毎に250円(一般350円) 材料費は1000円追加	飲み物(水分補給用) 
<b>8/3(月)</b> 19:00-20:00	<b>親子でヘッドスパ！</b> ママが子どもへ、子どもがママへ、子どもがパパへ。愛情の連鎖を「癒し」でおこしましょ！疲れると、子どもも親もイライラします。それを親子で癒す事で、感謝と愛情が生まれます。みんなでヘッドスパを学び、親子でスキンケア！	会員 500円 一般 700円 お子様はご兄弟1人増える毎に250円(一般350円)	筆記用具 飲み物(水分補給用) 
<b>8/4(火)</b> ①10:30-12:00 ②13:30-15:00	<b>MY箸づくり講座</b> 手に合うお箸をつくる！ お箸の正しい持ち方、嫌い箸、お箸の歴史、食文化食育などを学びながら、ワークブックを作成。これで夏休みの宿題も完成！！	会員 500円 一般 700円 材料費 1500円 お子様はご兄弟1人増える毎に250円(一般350円) 材料費は1500円追加	筆記用具 飲み物(水分補給用) ※注)木を削る作業をします。汚れてもよい服装でお越しください。(対象年齢)3歳～
<b>8/4(火)</b> 15:30-16:30	<b>親子でヘッドスパ！</b> ※内容は 8/3(月)19:00-20:00 欄をご参照ください		
<b>8/6(木)</b> 9:30-10:30	<b>地球に優しい日本にしよう 生ゴミのたい肥づくり</b> いけないと思いつつ、野菜など使っていないまま捨てた経験はないですか。そんな手つかず食品が家庭の3割を占めているそうです。世界一ゴミ大国の日本は地球を汚しています。生ゴミは地球に返せるゴミ！命を頂く感謝ができる家庭へ…堆肥作りを学び、自由研究が完成です！	会員 500円 一般 700円 テキスト代 1000円 お子様はご兄弟1人増える毎に250円(一般350円) テキスト代は1000円追加	筆記用具 ※テキストにたい肥作りのプロセスをカラー写真入りでお渡します。そこへ聞いたお話しをお子様書き込んで自由研究が完成！
<b>8/6(木)</b> ① 9:30-11:00 ②11:30-13:00	 <b>夏の思い出をアートにしよう</b> お子様の描く絵は、ココロのこぼれ。絵から見るお子様の心からのメッセージも読み解き夏休みの宿題のアートも完成！ ☆昨年の素敵な作品の一部☆	会員 500円 一般 700円 材料費 500円 お子様はご兄弟1人増える毎に250円(一般350円) 材料費は500円追加	汚れてもよい服装 エプロン、飲み物 あれば色鉛筆、クレヨン、葉っぱ、木の枝、リボン、布きれ、ボタ、貝殻など、アートにしたいものをさがして持ってきてね♪
<b>8/6(木)</b> ①11:30-13:00 ②13:30-15:00 ③15:30-17:00	<b>足うらとカラダのつながり講座 &amp; 親子で足うらマッサージ！</b> 足うらは、体の各器官(約64)につながっているところがあると言われています。その足うらと体のつながりを学び、体を元気にしていきましょう！ レクチャーの後は、親子で足うらマッサージで元気にニコニコ♪	会員 500円 一般 700円 教材費 1000円 自由研究用の小冊子 お子様はご兄弟1人増える毎に250円(一般350円) 教材費は1000円追加	筆記用具 除菌ウェットティッシュ、タオル 足うらが出せる服装
<b>8/6(木)</b> ①13:30-15:00 ②15:30-17:00	<b>楽しくゆらゆらモビールづくり</b> ※内容は 8/3(月)19:00-20:00 欄をご参照ください		