

つちうらベビースクールご登録のみなさまへ

この度はベビースクールにご登録いただきありがとうございますございました。

2017年4月から6月までのスケジュールが決まりましたのでお知らせいたします。

人気講座もありますので予約はお早めに！



※直前にキャンセルする方が増えております。キャンセル待ちをされている方もいらっしゃいますので、できる限り申し込み後のキャンセルが無いよう調整をお願いいたします。



“つちうらベビースクール”とは・・・

- ・マタニティ or 赤ちゃんがいるママ限定！
- ・赤ちゃんのために手作りしたいママを応援します。
- ・ベビースクールでママ友になりませんか。

★デトックス料理★

野菜を使った料理で産後の体をケアしませんか♪

★離乳食づくり・幼児食づくり★

手軽に素材の美味しさを赤ちゃんに♪パルシステム商品を使用した離乳食・幼児食づくり。

★スイーツづくり★

簡単！かわいい！スイーツを手作りで♪キッズやママ向けとしても最適です。

★ベビー用品づくり or デコパージュ★

赤ちゃんにママ手作りの気持ちよさを♪おもちゃなどを裁縫します。

★ベビーマッサージ or ファーストサイン★

まだ上手にお話ができない赤ちゃんと一緒に楽しくコミュニケーション！



◆定員：各回とも10名 **※応募者多数の場合抽選。抽選にはずれた方のみ後日封書でご連絡します。**

特に連絡がない場合には、当日会場へお越しください。

◆組合員でないお友達の参加も可能。※茨城県在住の方に限らせて頂きます。

◆保育制度のご案内 お子様一人につき／300円 各回とも定員10名

・事前申込制です。保育のお子様の年齢は原則として生後4ヵ月～未就学児までとなります。

・水分補給のための飲み物、おやつ、昼食をご持参ください。

・保育スタッフはパルシステム茨城「助け合いたんぼぼ」の活動メンバー（組合員）です。

お申込み・問い合わせ先：☎0800-800-6664 または Mail hi-tsuchiura@pal.or.jp

お申込みは「切り取り参加申込用紙」でも随時受付中



★キャンセルされる場合には、必ず事前にご連絡ください。キャンセル料金を頂く場合がございます。★

電話受付時間：月～金 9:00～17:00 受付開始日：3/20（月）～

- ✓ マタニティ、ベビー、キッズ、ママ、幅広い関心ごとに対応。
- ✓ お子さんを保育に預けてママたちで楽しい時間を過ごしましょう。
- ✓ 保育室は隣室なのでいつでも授乳ができます。
子どもがぐずったら、子どもを優先。無理なく、遠慮しないで気軽に参加してください！
- ✓ 緑が見える開放的スペース♪
- ✓ 講座の開催前と終了後30分は会場を開放。ゆっくりベビーのケアや準備ができる。

参加しやすさ、ベビーの過ごしやすさはもちろん、女性に嬉しいレッスンが充実！！

“つちうらベビースクール”では、ベビーもママ、パパも安心して楽しい子育てを応援しています。これからもみなさんの子育てを応援していきます。ご意見や感想もお気軽にお寄せください。

みなさんのかわいいベビー&キッズの笑顔に会えることを楽しみにしています。

～ ひな祭りメニュー ～
 ひしがたゼリーは着色料を使わずに、食品のイチゴ・ほうれん草・牛乳から色づけしました。安心できる材料です。もちろんパルの商品を使用しています。



▲ 幼児食作り

白菜の味噌ラーメン風



▲ デトックス料理作り

レンコン
ソーセージ

つちうらベビースクール <<最新スケジュール>>

※申込締切日は各回とも開催日の2週間前までです。空きがあれば降も受けいたします。お気軽にお問合せください。

開催場所：パルシステム茨城つちうらセンター内「スマイルパル」 住所：〒300-4111 土浦市大畑 211-3

| 講座名 | 開催日 | 開催時間 | メニュー | おすすめポイント | 持ち物/参加費 |
|---------------------------------------|-----------------------|-------------|---|---|---|
| デトックス料理教室 | 4/14(金) 春のデトックスバジ | 10:00~13:00 | ・デトックス大根スープ ・シソジャーマ铃薯サラダ ・等のジェラード | ・春のバジタブルテジ ・ダイエットにもおすすめのローフード ・ヘルシーだけどボリューム有 ・デトックス効果に期待 ・産後のアフターケアに! | ・エプロン ・三角巾 ・参加費500円 |
| | 5/19(金) バジ de ママ会 | 10:00~13:00 | ・ルッコラサラダ ・グリーンピーススティック ・鬆レンチトースト | | |
| | 6/30(金) 梅雨のデトックスバジ | 10:00~13:00 | ・デトックススープ&アレンジスープ ・生香巻 ・人参のクラッシュゼリー | | |
| スイーツづくり教室 | 4/19(水) | 10:00~13:00 | ・桜ロール(パン) ・マーラーカオ ・ほか1品 | ・食えることが楽しくなる ・子ども大人も大満足ヘルシースイーツ ・子供が喜ぶスイーツ ・かわいく楽しくデコっちゃおう! | ・エプロン ・三角巾 ・参加費300円 |
| | 5/24(水) | 10:00~13:00 | ・シフォンケーキ ・ドーナツ ・ほか1品 | | |
| | 6/28(水) | 10:00~13:00 | ・スフレチーズケーキ ・ヨーグルトムース ・ほか1品 | | |
| ベビー用品づくり or デコパージュ教室 ※お茶菓子付き | 4/21(金) | 10:00~13:00 | ・通園バック ・動物ボンボン ・腹ペコあおむし | ・通園バックセットは5種類を数回に分けて作製。 ・わが子におもちゃや小物を手作りしてプレゼント ・簡単作業で初心者歓迎 ・集中した作業で気分転換 | ・針と糸(あれば裁縫セット) 参加費300円 |
| | 5/26(金) | 10:00~13:00 | ・デコパージュ(布バック) ・ガーゼの帽子 ・ミニリュック(ぞう・ウサギ) | | |
| | 6/7(水) | 10:00~13:00 | ・アクリルフェルト ・ベビーまくら ・布サイコロ | | |
| 離乳食/幼児食作り教室 | 4/24(月) 離乳食 | 10:00~13:00 | ・豆腐と青菜のすりつぶし ・ツナと野菜のフワフワ煮 ・にんじんと納豆のおとし焼き ・きな粉ヨーグルト | ・基本のだしやスープ作り、季節の食材を使って離乳食づくり ・大人メニューからのアレンジレシピを紹介し ます ・幼児食はお魚中心にしたメニュー | ・エプロン ・三角巾 ・参加費300円 |
| | 5/15(月) 幼児食 | 10:00~13:00 | ・魚のとろとろポテト焼き ・お魚のソーセージ風 ・貝ときのこのリゾット ・米粉のミルククレープ | | |
| | 6/19(月) 離乳食 | 10:00~13:00 | ・お肉を使うときのどごしらえ ・ひじきと野菜の煮物 ・鶏しパーのトマト煮 ・バナナ蒸しパン | | |
| ベビーマッサージ & 交流会 | 4/20(木) ベビーマッサージ | 10:00~12:00 | ・対象月齢：2ヶ月~12ヶ月 ※以下の場合には参加を見合わせてもらいます。 ・体調が優れない ・皮膚トラブルがある ・感染症 ・予防接種後24H以内 | ・赤ちゃんにママの手の温もりを伝えお歌を歌いながら楽しくコミュニケーション。 ・子育ての悩みを何でも相談 ・ファーストサインのプレ体験あり! | ・大きめのバスタオル ・おむつ ・着替え ・飲み物など ・参加費300円 |
| | 5/8(月) ベビーマッサージ | | | | |
| ファーストサイン | 6/26(月) ファーストサイン | 10:00~11:30 | ・対象月齢：10ヶ月~24ヶ月 ・手遊びや体遊び、読み聞かせにサインを取り入れながら上手にお話の出来ない赤ちゃんどコミュニケーションをとりましょう。 | ・赤ちゃんの伝えたい!ママの分かってあげたい!をまだ上手にお話ができない赤ちゃんと楽しくコミュニケーション ・ちょっとした制作、手遊び、体遊び等 ・悩まずに気軽に子育て相談 ・ファーストサイン終了後には交流会 | ・クレヨン、クーピー色ペンの いずれか ・おむつ、着替え等 ・飲み物、必要に応じてお子様のおやつや昼食 ・参加費300円 |

※参加費ならびに保育費は商品ご利用代金と一緒にご請求させていただきます。

※メニューは予告なく変更になる場合があります。予めご了承ください。**※3/20(月)からの受付となりますのでご注意ください。**

《お願い》キャンセルされる場合には、必ず事前にご連絡くださいますようお願いいたします。

ご記入いただいた個人の情報については、本イベント目的以外には使用いたしません

つちうらベビースクール参加申込用紙

パルシステム茨城つちうらセンター行き

記入日 月 日

組合員名

組合員番号

日中の連絡先電話番号:

※ベビー用品作りは選択制です。必ずご希望の作品を記入してください。

開催日 月 日 講座名

ベビー用品名(選択制) 作り

開催日 月 日 講座名

ベビー用品名(選択制) 作り

開催日 月 日 講座名

ベビー用品名(選択制) 作り

保育/有・無 お子様氏名(ひらがな)

お子様の生年月日

性別