

Work shop

ワークショップ

1F フリースペース

「手形ペッタン！お魚スイスイバックを作ろう♪」 10：00～12：00

保育サロン ビーンズファミリー

バックの中にはお土産も入ってるよ！

スタンプで手形をとって、色ぬりやシール貼りもするよ。みんな、遊びにきてね♪

時間：①10:15～11:00 ②11:15～12:00

参加費：500円

定員：各回親子10組（先着順）



「正座をしない煎茶道 黄檗売茶流お茶会」 14：00～16：00

黄檗売茶流

氷の入った冷たい玉露を愉しんで頂けます。

無料ですので、お気軽にお茶会の雰囲気と冷たい玉露の甘さをお楽しみください。

参加無料 随時受付



「ローイングマシン体験」 10：00～16：30

多摩川でボートを楽しむ会

ボート体験ができるローイングマシンでタイムを競ってみよう！

参加無料 随時受付

「ゲームコーナー」 10：00～16：30

わなげ・ヨーヨーつり・せせらぎ公園のビンゴゲームもあるよ！

参加費：各100円 随時受付。

1F キッズスペース

「産前産後ケアのスペシャリストが大集合！」 10:00~12:00

産前産後ママ広場「まるまる」MAMA'S WORKOUT

3人のスペシャリストが様々な体験を提供します。参加無料

◆体操

腰痛&肩こりの改善エクササイズと体に優しい抱っこの方法／担当：フィットネスインストラクター HIROKO

① 10:15~10:35 ② 10:50~11:10 ③ 11:25~11:45 ※受付 10:00~

対象：産後 2か月~12か月で母子ともに健康な方

定員：各回 5名

◆沐浴

沐浴体験（お湯なし）／担当：助産師 石丸

① 10:15~10:30 ② 10:45~11:00 ③ 11:15~11:30 ※受付 10:00~

対象：プレママ・プレパパ

定員：各回 1組

◆妊婦体験ジャケット／担当：保育士 佐藤

妊婦体験ジャケットを着用できます。 随時受付

対象：どなたでも OK

※いずれかの体験参加者に、手形・写真を楽しめるペーパーアイテムをプレゼント



「司書によるおはなし会」 14:00~15:30

絵本や紙芝居のほかにミニ工作会もあります。

みなさんの参加をお待ちしています♪どうぞお楽しみに・・・。

① 14:00~ ② 15:00~ 各回 30分

参加無料

2F 和室

「気軽に楽しく「茶 BAR」で一服」 10:00~12:00

Chabaraco

作法やルールを気にせず、カジュアルにお菓子とお抹茶を楽しみましょう。

小学生以下は付添が必要です。

参加費 500 円 随時受付



2F フリースペース

「書写の楽しさや喜びを、1人でも多くの方へ」 10:00~12:00

公文書写教室

メッセージやお名前を美しく書いて、バスポムを作りましょう。

時間：一人 30 分 対象：保育園から大人まで 参加無料 ※9:00 より整理券配布します。



「自分の名前を書いてみよう」 14:00~16:00

清景書道教室

筆と墨を日常に。自分の名前を書いてみよう。小学生以上の方よりご参加いただけます。

対象：小学生以上 参加費：100 円 随時受付

※手ぶらでご参加いただけます。

