花くらぶ講座からのお知らせ

山本有彩さん　出村悦子さん
池坊流『入門』『初伝』
頂きました。

いつも花くらぶ講座をご利用頂きありがとうございます。花くらぶ講座では、講師の藤野幸子先生が池坊流のお花の生け方を教えてくれています。今回長年続けているお二人が、池坊流『入門』『初伝』を頂くことが出来ました。おめでとうございます。皆さんも是非花くらぶで腕を磨いて、池坊流『入門』『初伝』を目指しませんか？。

エイブルベランダBe お勧め講座紹介

のびのびと表現

『書』は、しっかりとした姿勢を保ち、筆を使う事での指先の微細運動、そして集中力を養い、心の成長も促すことができます。また、字を上手に書くだけではなく、エイブルベランダBeでは、一人ひとりの個性を大事にして、その人らしい字を描(書)いてもらい、のびのびと自己を表現してもらいます。皆さんも是非『書』講座にご参加下さい。

ストレッチ＆リズムダンス♪

健康な体を作ろう

『ストレッチ＆リズムダンス』では、ストレッチの動きで体を柔らかくし、体に動きの幅を広げていきます。リズムダンスは流行りの歌などで、楽しく体を動かします。最近では、ボールを使った運動も行っていて、バランス感覚も養っています。
柔軟な体やバランス感覚は、怪我の予防にも繋がるので、健康な体作りのためにも、是非ご参加下さい。

MUSICワーク

音楽の無限の可能性

『ミュージックワーク』は、様々な楽器を自由に演奏したり、季節に合った歌などを楽しく歌います。音楽の力は無限の可能性を秘めており、脳に心地良い音の刺激を与えることで、思ってもいなかった能力が発揮されることがあります。また、心の栄養にもなるので、気持ちも穏やかになったり、楽しい気持ちにもなれますよ。
是非参加して、みんなで楽し時間を過ごしましょう。

エイブル ベランダ Be

2015 2月のお知らせ

しばらくご利用されていない利用者様・保護者様へ
お知らせプログラム発送停止のお願い

いつもエイブルベランダBeをご利用頂きありがとうございます。
しばらくご利用がない方（1年以上）につきまして、お知らせプログラム発送を3月分（次月）までの発送で停止致したいと思います。
ご了承の程宜しくお願い致します。
引き続き発送希望の方は下記までご連絡をお願い致します。

TEL　076-296-3663
FAX　076-296-3668
エイブルベランダBe

宜しくお願い致します

西圓寺温泉へ行こう！！

男男男　女女女

2月

外出プログラム

日　程：2月8日（日）
場　所：三草二木 西圓寺（小松市野田町）
時　間：１０：２０～１４：２０
定　員：１０名
参加費：５００円（温泉代と交通費込み）
持ち物：バスタオル、タオル、スポンジ、下着、ナイロン袋
（シャンプーやボディソープなどは常備してあります。）
小遣い：昼食代・お土産代（味噌・梅干し）・お菓子代
（１５００円が目安です。）

ゆ

営業時間　平日　13:00～18:00
土日祝　9:00～17:00

2

Able Veranda Be
お問い合わせ
☎ 076-241-1200

月	火	水	木	金	土	日
講座日程 変更のお知らせ 【バサック体操】 先生のご都合により、 今月は土曜日ではなく、 **11日（祝日・建国記念日）** に行われます☆	☆花くらぶスペシャルデーのお知らせ☆ 2月2日（月） 「節分のお花を生けよう！」 700円（花器代含み・予定）		**ミニボール＆シンプルダンス開催日** NEW 3日(火) 18：00～19：00 17日（火）18：00～19：00 「ナチュラルボディ」が 「ミニボール＆シンプルダンス」と なって、新しくスタートいたします。 みなさんのお越しを 是非お待ちしております。 受講料：おひとり1回1000円 			**1** フィーリングメニュー 鬼のお面を作ろう！
2 16:00～16:50 えいごで遊ぼう 花くらぶスペシャル 17:00～17:50 太鼓（たいこ）	**3** 16:00～16:50 ミュージックワーク 17:00～17:50 ｽﾄﾚｯﾁ＆ﾘｽﾞﾑﾀﾞﾝｽ 絵画（かいが）	**4** 16:00～16:50 陶芸（とうげい） 17:00～17:50 太鼓（たいこ）特別クラス ※特別クラスのメンバーのみ	**5** 16:00～16:50 クッキング 【バレンタインデーのパン】 17:00～17:50 ドラマワーク	**6** 16:00～16:50 絵画（かいが） 16:30～17:50 太鼓（たいこ） （17:20～　特別クラス）	**7** 11:00～11:50 YOSAKOIソーラン 13:30～14:20 3B体操 15:00～15:50 書	**8** ～外出プログラム～ **西園寺温泉へ行こう！** （詳細は裏面）
9 16:00～16:50 えいごで遊ぼう 花くらぶ 17:00～17:50 太鼓（たいこ）	**10** 16:00～16:50 音楽リズム 17:00～17:50 ヒップホップ 絵画（かいが）	**11　建国記念日** 13:30～14:20 バサック体操 	**12** 16:00～16:50 コミュニケーションワーク 17:00～17:50 ドラマワーク 野いちごアート 【タイルアート】	**13** 16:00～16:50 絵画（かいが） 16:30～17:50 太鼓（たいこ） （17:20～　特別クラス）	**14** 11:00～11:50 YOSAKOIソーラン ~~バサック体操~~ ~~（※11日に行われます。）~~ 15:00～15:50 書	**15** 休業日
16 16:00～16:50 えいごで遊ぼう 花くらぶ 17:00～17:50 太鼓（たいこ）	**17** 16:00～16:50 ミュージックワーク 17:00～17:50 ｽﾄﾚｯﾁ＆ﾘｽﾞﾑﾀﾞﾝｽ 絵画（かいが）	**18** 16:00～16:50 陶芸（とうげい） 16:30～17:20 太鼓（たいこ）初級クラス	**19** 16:00～16:50 クッキング 【いろいろナッツのパン】 17:00～17:50 ドラマワーク	**20** 16:00～16:50 絵画（かいが） 16:30～17:50 太鼓（たいこ） （17:20～　特別クラス）	**21** 11:00～11:50 YOSAKOIソーラン 13:30～14:20 3B体操 15:00～15:50 書	**22** フィーリングメニュー 雪だるまを作ろう！
23 16:00～16:50 えいごで遊ぼう 花くらぶ 17:00～17:50 太鼓（たいこ）	**24** 16:00～16:50 音楽リズム 17:00～17:50 ヒップホップ 絵画（かいが）	**25** 16:00～16:50 陶芸（とうげい） 17:00～17:50 ミュージックワーク 陶芸（とうげい）	**26** 16:00～16:50 コミュニケーションワーク 17:00～17:50 ドラマワーク 野いちごアート 【押し花】	**27** 16:00～16:50 絵画（かいが） 16:30～17:50 太鼓（たいこ） （17:20～　特別クラス）	**28** 11:00～11:50 YOSAKOIソーラン 13:30～14:20 3B体操 15:00～15:50 書	**雪遊びの服装やお着替えの用意をお願いいたします。** **※天候や雪の状況によってメニューの内容が変わる場合もありますので、予めご了承下さい。**