

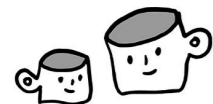
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

カフェ休業日



※料金はすべて税込み価格

子ども・親子向け、子育て情報・お話し



1日(金)10:30-12:30

でこぼこの会  
フリートーク&ランチ会

気軽なフリートーク後、ランチをする会で♪リニューアルしたこまちカフェのランチをご一緒に楽しみましょう【ランチ・ドリンク代はご負担ください】

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：なし(別途ランチドリンク代)  
主催：こまちぶらす



7日(木)10:00-10:50

もう怒鳴らない!  
トイレトレーニング攻略講座

そのトイレ間違ってるかも!?おむつが外れるまでの取り組み方を攻略していきましょう!

対象：トイレトレーニングでお悩みのママ、これから取り組もうと思っているママ  
料金：1,500円(別途1ドリンク代)  
主催：幸せおむつ外し屋さん さっちい



7、14、21、28日(木)16:00-16:50

英語の絵本であそぼう

絵本の世界に入り込んで、英語で楽しく遊んじゃおう!ごっこ遊びを通して、ことばと伝える力がぐんぐん育ちます。まずはワンコインで体験を♪

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：500円～  
主催：ラボ・テューター 大島尚子



9日(土)、19日(火)10:00-10:50

運動能力の根っこを育てる!  
たいじく親子体操

しっかり歩けるようになったら全てのスポーツの土台となる正しい身体の使い方をマスター!体を動かすことが大好きになれる親子運動教室♪まずは初回体験に来てね!

対象：しっかり歩ける～3歳のお子さんとママ  
料金：3,500円  
主催：manmaru yoga



9日(土)14日(木)19日(火)11:10-12:10

1歳で2km歩ける体に!  
たいじくママ&ベビー体操

0歳は正しい身体の使い方を身につける最高のチャンス!寝返り・ハイハイができない悩みも解消!楽しみながら動ける体をふれあい運動で育てよう♪まずは初回体験に来てね!

対象：生後2ヶ月～よちよち歩きのお子さんとママ  
料金：3,500円  
主催：manmaru yoga



13日(水)14:30-15:30 27日(水)10:00-10:50

母カフェ  
～ほっと話せる、子育ての安心時間～

寝ない、食べない、イヤイヤなどに困り事や、日々の子育てのちょっとした「どうしよう?」をお気軽に相談いただけます。元小児科看護師で子どもの発達の手台からサポート

対象：0歳～未就学児の親子、またはママ  
料金：1,000円(別途1ドリンク代)  
主催：ひなたぼっこ よしいなおこ



13日(水)9:50-12:10(20分/1組入替制)

ママと赤ちゃんの  
日常写真撮影会

日常にある愛おしい瞬間、頑張るママの子育てシーンをちょっぴりドラマチックにきりとる撮影会♪(5カット4,000円/20カット7,000円/全データ10,000円)

対象：ママとお子様(0～3歳)  
料金：5カット4,000円～  
主催：石井菜美



14日(木)10:00-10:50

ご近所つながりたい♪  
ゆるっとママカフェ

子育て中はほっと一息つく間をつくるのも、なかなか大変ですね。カフェの温かい雰囲気の中で、お茶を飲みながらゆるっとおしゃべりしましょう

対象：妊婦さん～0歳児ママ  
料金：無料(別途1ドリンク代)  
主催：こまちぶらす



14日(木)10:00-10:50

産後ママの  
姿勢トレーニングヨガ

赤ちゃんの発達にも関わるよ!身体がこたいたママこそ体をゆるめて姿勢になれる産後トレーニングで猫背・腰痛も解消しよう♪まずは初回体験で変化を実感してください!

対象：産後のママ  
料金：2,500円  
主催：manmaru yoga



15日(金)17:30-19:00

ただい間のおうち

学校がづらい、生きづらさを感じているというお子さんやその親御さんが安心して過ごせる場所です。5月のテーマは「布と針であそぼう」

対象：小・中・高校生世代の親子(お子様だけの参加も可)  
料金：親子1,100円(子/親のみ参加550円)  
主催：こまちぶらす



16日(土)15:30-16:10 18日(月)10:00-10:40

0歳から音感が育つ♪  
ハーブとピアノのクラシック生演奏  
ベビーリトミック(500円)

戸塚で24年の音楽教室による、ハーブやピアノの生演奏リトミック。親子で楽しみながら音楽の基礎を育てます。

対象：保護者とお子様(0～1歳11か月)  
料金：500円  
主催：さやか音感ピアノ教室



9日(土)、19日(火)10:00-10:50

運動能力の根っこを育てる!  
たいじく親子体操

しっかり歩けるようになったら全てのスポーツの土台となる正しい身体の使い方をマスター!体を動かすことが大好きになれる親子運動教室♪まずは初回体験に来てね!

対象：しっかり歩ける～3歳のお子さんとママ  
料金：3,500円  
主催：manmaru yoga



心にひびくハーブとピアノの生演奏♪

20日(水)10:00-10:50

トツカ保活サロン

保活激戦区といわれる戸塚。保育園さがしの悩みをおしゃべりしたり情報交換をしませんか?5月開催の回は戸塚の現役保育関係者ゲストの新米ママ向け特別回です。

対象：保育園0歳入園希望の方(子連れ・夫婦OK)  
料金：300円(別途ドリンク代)  
主催：ワタナベ



13日(水)16:00-16:50

みんなでウクレレ♪  
～初心者向け～

大人も子どもも楽しくウクレレを弾いちゃおう♪初心者向けの会です。コードを3つ覚えて、最後にみんなで演奏しましょう。

対象：小学生以上  
料金：1,200円  
主催：こまちぶらす ウクレレ部



子どもとおとなの学校

21日(木)14:00-15:30

5月生まれの  
お誕生日お祝いパーティー

親子で味わう特別デザートプレート、ドリンク、お名前・年齢入りA4ポスター、スマホの撮影付きでスタッフが進行に入ります!親子1組からお気軽にご参加いただけます♪

対象：親子(5月生まれの1～6歳)  
料金：2,500円(デザートドリンク/撮影/ポスター付き)  
主催：こまちぶらす



22日(金)10:00-10:50/11:00～ランチ

ママのタッチでリラックス♪  
初めてベビーマッサージ

2人の時間をもっと好きになる♪ママとお子さんのほっこりタイム◎誰でも簡単♪優しいタッチで心も体もポカポカに。

対象：親子(2か月頃～2歳頃)  
料金：3,000円(別途ランチ&ドリンク代)  
主催：竹内千栄美



22日(金)10:00-12:00

不登校ひきこもりの親ができる事  
ほっとひと息金曜日

学校に行っていなかったり、学校に居づらさを感じているというお子さんの親御さんが、お話をしたり情報を得たりすることで、ほっとできる場所です。

対象：小・中・高校生世代のお子様のいる方  
料金：550円  
主催：こまちぶらす



27日(水)10:00-11:30

ママと赤ちゃんの  
ハーブパースデーParty!

足形アートと写真で祝う、6か月の成長記念。親子で楽しむお祝い会。

対象：ママと赤ちゃん(生後6か月前後)  
料金：5,500円(1ドリンク付き、試食お惣菜とクッキー付き)  
主催：こまちぶらす



27日(水)13:00-14:00

みんなで集まって  
「ハイハイレース」♪

今しか見られない、一生懸命な「ハイハイ」の姿。その愛おしい瞬間を、写真に残しませんか?

対象：親子(ハイハイ期のお子様)  
料金：5,500円(1ドリンク付き、プチケーキ付き)  
主催：こまちぶらす



28日(木)10:00-10:45

手形アート☆

月のテーマに合わせたアートのほか、お誕生日などの記念アートも選べます。成長記録に♪

対象：親子(0～3歳頃)  
料金：1,800円～(別途1ドリンク代)  
主催：poche～ポッシュ～



22日(金)16:20-17:20

ふでのじかん

筆を持ち、静かに文字と向き合う時間。心を落ち着け、一筆一筆に思いをこめて書きましょう。子どももおとなと一緒に、文字を書くことの豊かさを味わってみませんか?

対象：小学生以上  
料金：1,200円～  
主催：こまちぶらす



26日(火)16:30-17:20

できた!がうれしい皿回し体験

お皿回しの体験会です!手先に集中して、チャレンジして、できたら笑顔!お皿はやわらかくて安心。皿回しチャンピオンのお手伝いできると「できた!」にたどりつけます。

対象：小学生から大人まで  
料金：2,000円(教材費込み)  
主催：古谷正幸(まさやん)



7、21日(木)10:00-12:00

あみカフェ

かぎ針編みでご自分の編みたいものを自由に編んでいただけます。編みたいものをお持ちください。みんなで楽しく編み物♪

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：2,200円(初回1,500円)  
主催：あみカフェ

5/7 ▶ 5/21 ▶

8日(金)18日(月)10:00-10:45

グラデーションパーソナルカラー  
診断を体験してみよう

イエベ・ブルベ・ニュートラルがわかる!思わず笑ってしまう!?ほどわかりやすいグラデーションパーソナルカラーで自分に似合う色を探してみませんか?

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：2,000円(1ドリンク付き)  
主催：本間えり



8日(金)13:00-14:30

エンディングノートを書いてみよう  
～ケアラズカフェえんがわ～

「エンディングノート」は、その時に備え、大事にしたい事、家族に伝えたい事などを書いておくノート。まずは子ども世代の私達が書いてみることで見えてくることは。

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：550円  
主催：こまちぶらす



12日(火)10:00-10:50

ライフプランニング  
～相続の基礎を学ぼう～

相続ってよくわからない?保険の活用って???まずは相続の基礎から学びましょう!

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：無料(1ドリンク付き)  
主催：齋藤 真人



27日(水)16:00-17:30

ごはんのたね

春夏コース②副菜は、「豚の生姜焼き」。ごはん・味噌汁・千切りキャベツも作ります。香りを楽しみ、焼き加減を見ながら定番料理に挑戦してみよう!※4/22,5/27,6/24,7/22の全4回コース。単発利用も可。

対象：小学生以上  
料金：3,500円～(材料費込み)  
主催：食育インストラクター 足立裕子



みんなで作った料理を一緒にいただきます😊

12、26日(火)10:00-11:00

＼無料(ランチ付き)!/  
賃貸派でも購入派でも大丈夫!  
住まいと資産形成の話

賃貸?購入?どちらでも安心して人生を送れる資産形成のお話です。

対象：小さなお子様の保護者(子連れOK)  
料金：無料(ランチ付き)  
主催：株式会社カスタマーリンクス



15日(金)10:00-11:00 28日(木)13:00-14:00

巾着キットづくりの日

戸塚区に生まれた赤ちゃんへ贈る「出産祝い」に入れる巾着づくりに参加しませんか?布を切ったり袋詰めしたり、縫わない簡単な作業です。初めての方・赤ちゃん連れも歓迎♪

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：無料  
主催：こまちぶらす



20日(水)10:00-12:20

子連れで行ける!  
月に一度のママのための整体院

全身ケアを10～60分。後回しにしてきた体の不調や疲れをリセット。ママ友と来店後はそのままランチも良いですね!ヘア割、リピーター割あり。詳細QRコードへ♪

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：1,000円～  
主催：氣功整体めぐりて



20日(水)13:00-15:00

こまちパートナー登録説明会

こまちぶらすの活動と一緒に作りませんか?活動内容をご紹介します、ご自身のやってみたい、何か新しいことをはじめてみたい、についてゆっくり話さずです。

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：550円  
主催：こまちぶらす



21日(木)10:00-10:50

頑張る私のご褒美アロマ  
～ハンドトリートメント～

お好きな香りや体調に合わせた精油を選び、ハンドタッチケアを行います。私だけの植物ブレンドで「ロールオン」を作りながら、ホッと心休まる時間をお過ごしください☆

対象：どなたでも(子連れOK)  
料金：3,000円(1ドリンク付き、材料費込み)  
主催：こが あいこ



23日(土)12:40-14:10

想いをカタチに 第10弾  
ワクワクの音体験!  
カリンバを楽しもう♪.\*

SNSでも注目のかわいい楽器、オルゴールのような音色の「カリンバ」。初めての方も気軽に楽しめます。"あの曲できるかな?" "弾けるって楽しい!"を体験しませんか?

対象：小学生以上  
料金：1,000円  
主催：こまちぶらす

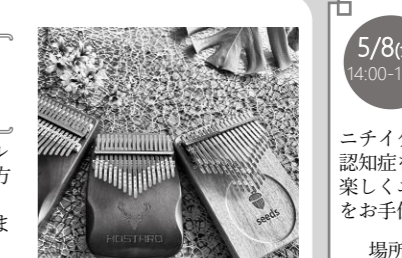


5/8(金)14:00-15:30

ボランティア募集/  
こまちのチラシで  
エコバッグ作り

ニチイケアセンター戸塚柏尾さんでは認知症を抱える高齢者の皆さんが日々楽しくエコバッグ作りをしています。一緒に制作をお手伝いいただける方を募集しています。

場所：ONE FOR ALL横浜 イベントスペース  
対象：どなたでも 料金：無料  
主催：ニチイケアセンター戸塚柏尾



カリンバの素敵な音色をお試しください♪