

event

8

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 夏季休業 8/9~16

5日(水)10:00-10:50

**もう怒鳴らない！
トイトレトレーニング攻略講座**

そのトイトレ間違ってるかも!?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：未就園児と保護者
料金：1,500円
(別途ドリンク代)
主催：幸せおむつ外し屋さん さっちい




8日(土)18日(火)10:00-10:50

**やってみたい!の気持ちを
満たせる♪たいじく親子体操**

初回体験あり♪自由すぎて困っちゃう子も大満足!歩きが安定したらもっといっぱい体を動かそう!やりたい気持ちを見守れるママになれる親子運動教室♪

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




24日(月) 10:00-10:50

**親子でシールを貼って楽しく
ライフプランニング**

「将来どんなことしたい?」「どんな家に住みたい?」親子で楽しくシールを貼りながら将来の夢や目標の未来予想図を描いてみませんか?是非親子で気軽にご参加下さい。

対象：どなたでも(子連れOK)
料金：無料(1ドリンク付き)
主催：ファイナンシャルプランナー相馬



趣味、学びあい、癒し




8日(土) 18:00-20:00

**こまちの夜カフェ
～ちいさなねこ集会～**

8/8は世界ねこの日。ねこのように気ままに過ごす、ちいさなねこの集会を夜のこまちカフェでそっと聞きます。ねこ好きさんはもちろん、いつかねこと暮らしたい方にも♪

対象：大人
料金：2,500円(食事、デザートとドリンク付き)
主催：こまちぶらす




5日(水) 22日(土)9:50-12:10
(20分/1組入替制)

**ママと子どもの
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♪8月はぜひ幼稚園や小学生のおにーちゃんおねーちゃん、パパも一緒にお越しください！

対象：ママとお子様
料金：5カット4,000円～
主催：石井菜美



18日(火)10:00-10:50

**母カフェ
～ひなたぼっこroom～**

お子さま連れでも、お一人でもどうぞ。子育てのこと、それ以外のことも気軽に話せる時間。話して、放して、笑って、面白がる。そんな居場所です！

対象：どなたでも(子連れOK)
料金：1,500円(1ドリンク付き)
主催：ひなたぼっこ よしなおこ




26日(水) 10:00-11:30

**ママと赤ちゃんの
ハーバースデー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




3日(月)25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




19日(水) 10:00-12:20

**月イチ整体院(子連れで行ける
&お一人さまも大歓迎)**

癒しの空間で、後回しにしてきた首肩こり・腰痛・慢性疲労・睡眠不足をリセットしませんか。10分～座位でも受けられます。お一人様、お友達と一緒に、お子様連れもOK!

対象：どなたでも(子連れOK)
料金：1,000円～
(ご予約特典、割引あり)
主催：氣功整体めぐりて



3日(月)10:00-10:50

**およこカフェ
～ひなたぼっこroom～**

赤ちゃんからイヤイヤ期まで。発達や子どもとの関わり方など、乳幼児期の子育てについて気軽に相談したり、お話ししたりできるカフェです！

対象：0歳～未就学児の親子
またはママ
料金：1,500円(1ドリンク付き)
主催：ひなたぼっこ よしなおこ






6日(木) 16:00-17:30 21日(金)15:00-16:30

**【夏休み特別】
英語の絵本をつくっちゃおう!**

世界で一冊!英語の歌で遊んだあとに、折り紙やお絵かきで自分だけの英語の絵本を作っちゃおう!1回でも2回でもOK!夏休みの自由工作や自由研究にもピッタリ!

対象：子供向けですが大人も楽しめます
料金：500円～
主催：ラボ・チューター大島尚子





19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。戸塚で保活を経験した先輩ママが主宰となり、保育園さがしの情報をシェアしたり悩みをおしゃべりする会です。お気楽なきもちでご参加ください！

対象：保育園入園を検討中の方(子連れ・夫婦OK)
料金：300円(別途ドリンク代)
主催：ワタナベ

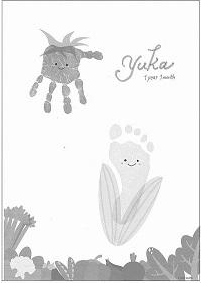


27日(木)10:00-10:45


**季節or記念日の手形アートを
残そう**

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～



カソの時のかわいらしい瞬間を残しませんか?




4日(火) 10:00-10:50

**認知症の基礎と資産対策
について学ぼう!**

認知症ってどんな病気?資産対策って何??? 認知症予防から資産対策まで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



6,20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

8/6 ▶  8/20 ▶ 

19日(水) 14:30-16:30

**毎月第3水曜日
水曜日の本だな**

毎月第3水曜日のカフェタイムはミニ図書館に!自由に本を手にとってお過ごしください。お気に入りの本があれば貸出もできます。ふらっとお立ち寄りください。

対象：どなたでも(子連れOK)
料金：無料(別途1ドリンク代)
主催：こまちぶらす



日々がんばっている身体を少し休ませりリラックスしませんか?



4日(火)10:00-10:50

**産後ママの
姿勢トレーニングヨガ**

初回体験あり♪疲れやすい・イライラ・猫背・腰痛...産後不調の原因は姿勢。運動苦手ママでも変化を実感♪超簡単な産後トレーニングでガミガミママを卒業しよう!

対象：産後のママ
料金：2,500円
主催：manmaru yoga




7日(金)10:00-12:00

**でこぼこの会 8月7日(金)
【勉強会】**

でこぼこのお子さんの算数・数学の勉強に関する悩みや質問を講師に直接聞ける勉強会♪

対象：どなたでも(子連れOK)
料金：880円
主催：こまちぶらす




21日(金)17:30-19:00

**8月生まれの
お誕生日ぷちぱーてーいー**

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(8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



28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




6日(木)13:00-15:00

**お金の悩みを解決しませんか?
【おかねの教室】**

金融のプロであるファイナンシャルプランナーが、お金のお悩みに対してお話しします。保険・資産運用・教育費等お金に関するお悩みがある方は、ぜひご参加ください。

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




20日(木) 10:00-10:50

**ごはん作りを簡単に♪
『はじめての発酵調味料づくり』**

離乳食後期から使える麹調味料は、味覚を整え旨味がUPするママの味方です☆ハードルが高いと思ってる方へ、麹生活のはじまりと一緒に楽しみましょう♪

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




4日(火)8日(土)18日(火) 11:10-12:10

**将来の悩みごとを減らす!
たいじくママ&ベビー体操**

初回体験あり♪離乳食噛まない・お口ポカン・姿勢の悪さ・運動苦手...将来の悩みは根っこからごっそり減らす!楽しみながら動ける体をふれあい運動で育てよう。

対象：生後2ヶ月～よちよち歩きの赤ちゃんとママ
料金：3,500円
主催：manmaru yoga




7日(金) 13:00-14:30

**夏休みに知ろう!
認知症ってなあに?**

小学生向け認知症サポーター養成講座です。お子さんの「なぜ?」「どうしたらいいの?」の気持ちを大切に、大人も一緒に考える時間にしませんか?

対象：小学3年生以上の
お子さんと保護者の方
料金：無料
主催：こまちぶらす




22日(土)15:20-16:00 24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
ベビートミック(500円)**

戸塚で24年の音感教室による、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




28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**

学校に居づらさを感じていたり、学校に行っていないお子さんの親御さんが、話をしたり、情報を得たりすることができる場所です。

対象：大人のみ
料金：550円
主催：こまちぶらす




26日(水)15:00-16:30

**まるごとスイカを楽しむ
フルーツポンチづくり**

料理教室「ごはんのたね」夏休み特別企画! どうして夏にスイカを食べるの?スイカのひみつを知って、オリジナルのフルーツポンチを作ろう!

対象：小学生以上
料金：3,000円～(材料費込み)
主催：食育インストラクター 足立裕子




25日(火) 10:00-10:45

癒やしの美文字カフェ

筆ペン&友禅和紙&可愛い水引きで、ミニミニメッセージカードを作ります!

対象：どなたでも(子連れOK)
料金：1,800円
(1ドリンク付き)
主催：鈴木蓮茜




8日(土)21日(金)10:30-12:30

**こまちで夏休み企画♪
こどもカフェ店員**

長い夏休みに日常とは違う体験をしてみませんか?お子さんがこまちカフェの店員になって接客体験!親御さんのランチをお子さんが盛り付けし席まで運びます。

対象：親子(小学生中～高学年)
料金：3,000円(親御さんランチ お子様まかない付き)
主催：こまちぶらす




17日(月)10:30-13:30

**みんなでつくろう!
米粉のフォカッチャとジェラート**

ふわふわのフォカッチャと、ひんやりおいしいジェラートを作ろう!完成したら、こまちカフェのスープと一緒に、みんなで楽しくランチタイム!

対象：小学生以上
料金：3,300円
主催：こまちぶらす




19日(水)15:00-15:45

**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：大村 美詠子




20日(木)16:00-17:30

**キモチを伝えるお菓子作り
～米粉のクッキーを作ろう～**

こまちカフェのお菓子工房で、米粉のクッキーを作ります。生地作りから、型抜き・絞り出し、焼成のお菓子作りの基本が学べます。夏休みの自由研究にも♪

対象：小学生以上
料金：2,000円
主催：こまちぶらす




28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。こどももおとなも一緒に、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




27日(木)10:00-11:00

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：1,200円～
主催：こまちぶらす



1日(土)10:00-12:00

**ちいさなアトリエ
～まちの手芸室～**

手仕事好きな大人やこども集まれ～!編み物、お裁縫、イラスト、工作等、やりたいものを持ち寄って、みんなでワイワイ過ごす、手づくりサークルです!

対象：小学生以上
料金：1,000円
主催：こまちぶらす





4日(火)15:00-16:00

**ソプラノリコーダーから
生まれた♪音呼吸法入門**

音呼吸法は、ソプラノリコーダーを使って音を楽しみながら呼吸を整えるやさしい呼吸法です。リラックスや集中する時間を育み、心地よい毎日や眠りをサポートします。

対象：小学生以上
料金：1,300円
主催：脳活リコーダー協会




8日(土)21日(金)10:30-12:30

**こまちで夏休み企画♪
こどもカフェ店員**

長い夏休みに日常とは違う体験をしてみませんか?お子さんがこまちカフェの店員になって接客体験!親御さんのランチをお子さんが盛り付けし席まで運びます。

対象：親子(小学生中～高学年)
料金：3,000円(親御さんランチ お子様まかない付き)
主催：こまちぶらす




26日(水)15:00-16:30

**まるごとスイカを楽しむ
フルーツポンチづくり**

料理教室「ごはんのたね」夏休み特別企画! どうして夏にスイカを食べるの?スイカのひみつを知って、オリジナルのフルーツポンチを作ろう!

対象：小学生以上
料金：3,000円～(材料費込み)
主催：食育インストラクター 足立裕子




28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。こどももおとなも一緒に、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



27日(木)10:00-11:00

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：1,200円～
主催：こまちぶらす

