



KARALIN

いまから ここから こころから



からりん レター 夏号

2018/7 発行



暑くなってきましたね。からりん広場は7月から、プールがスタート（スケジュールを確認してね）。プールの時間は準備ができてから14時までです。もちろん、お部屋は涼しくして待っています。ベビーちゃん急増につき…ベビースペースが広くなりました。ベビーちゃんと一緒にママもゆっくりできますよ♥ やどっち



4月から火曜日と金曜日が9時半オープン、ランチタイムも11時半と30分前倒しになっています。土曜日は、今までと同じ10時～15時（ランチタイムは11時半）です。さて、7月中旬から育児講座（トリプルP）が始まります。5人ぐらいの募集です。興味ある方は、要チェックですよ（^^） ラーさん



ファンフレンズ 夏クラス はじまります！

小学生 1.2年生 対象プログラム

申込開始 7/4 10:00 より

夏クラス 7/30 8/6 20 27

10:00～15:00

テキスト代 2,200円 受講費 10,000円

保護者の声

ステップ表は、
家族でも使えそうなので
使っていきたいなと
思います。

子どもがおだやかに
なった気がします。



- 📍 **F**ィーリング……自分の気持ちを話し、人の気持ちに気づく
- 📍 **R**リラックス……深呼吸して気持ちをしずめる
- 📍 **I**アイ・キャン・トライ……やれるよ！やってみよう！
- 📍 **E**イージー……やさしいことからはじめよう！
- 📍 **N**ナウ……さあ 自分にごほうび
- 📍 **D**ドウ……練習しよう
- 📍 **S**スマイル……笑顔で晴れ晴れとした気分で



KARALIN 会員様へのお知らせ

- ◆ 7/13 (金) からりん会 19:00～ (場所 からりん広場)
- ◆ 9/14 (金) 会員定例会 18:30～ (からりん広場)
からりん会 19:30～ (からりん広場)
- ◆ 10/9 (火) 会員定例会 19:30～ (つどいの広場 むうみん)



からりん で検索 <http://karalin.chu.jp/>



SUNDAY からいん

0~9

さいまでの
親子のスペース

【開催日】 7/29 8/26 9/30 10/28
【時 間】 10:00~15:00
【対 象】 小学3年生までの親子
【参加費】 おとも子どもも、おひとり 100円

7月8月は、お庭で水遊びやお絵かきします！



おとなのスペース

おとなの居場所 よって木

【開催日】 7/3 7/17 8/7 8/21 9/4 9/18 10/2 10/16
【時 間】 10:00~15:00
【対 象】 第3火曜は、はいはいまでのベビーちゃんも可
【お茶&スイーツ】 200円 KARALIN 会員さん 100円

7/3 虫よけスプレー作り (300円)
9/4 シュワシュワ入浴剤作り (300円)
10/2 ハンドマッサージ (300円)

10 さいからの
子どものスペース

10代の居場所 ちゃぽん

【開催日時】 毎週木曜日 16:00~21:00

7月 5・12・19・26 8月 2・9・23・30 9月 6・13・20・27 10月 4・11・18・25

 の日は、小さな食堂の日 18:00~19:30 は食事ができます。

【居場所利用】 ¥50 (ない時は相談してね！)
【食事】 子どもは無料。(おとなは見学1回に限り、¥300)

in つどいの広場
おーみん
夢実人



KARALIN 正会員さんとのコラボ事業

健康体操

週に一度、ストレッチを中心にした 健康で柔軟な身体作りのための90分のコースです。
休憩とおしゃべりも楽しみながら自分のペースで参加できます。

【開催日時】 7月3(火)・10(火)・18(水)・24(火) 19:00~20:30

講師は長年、演劇やダンス、表現活動に関わり、指導経験も豊富な田中香苗さんをお願いしています。
月謝の方は、毎月¥3,000 単発参加の方は、毎回¥1,000 + 毎回どなたも、¥100(お部屋利用に係る経費)