

2016/12/8 (木)  
10:00~15:00

博多南駅前ビル2F~4F 講座受付は3Fです  
( 筑紫郡那珂川町中原 2-120)

授乳  
オムツ交換  
スペースあります



託児  
あります。  
( 講座受講者対象 )

# ママコ ラボ Lab.

## クリスマス プレゼント企画

ママコ Lab. の講座、DVD 鑑賞会、カフェをご利用頂いた方を対象に、おさがり品セットをプレゼント致します！毎日頑張るママたちへ、ちょっと嬉しいクリスマスプレゼントになればと思います (^ ^ )  
\* サイズなど各数量限定となりますので、予めご了承ください。  
\* 引き換えは当日のみです。



## おさがり 交換SHOP OPEN

時間 10:00 ~ 15:00  
会場 博多南駅前ビル 3F



まだ使えるけど使わなくなったベビー服やベビー小物、子ども服、おもちゃ、絵本などをおさがり交換しませんか？1つご提供頂くとお店にあるものから1つお持ち帰り頂けます。もちろん、寄贈のみのご協力も大歓迎です！  
ご不明な点がありましたら、お気軽にことば那珂川オフィスにご連絡ください。

### \* お持込み頂くおさがり品について \*

- ※ 1度にお持込み頂く数量は10点までをお願いします。
- ※ ご持参頂いた際、おさがり品の想い出やメッセージを書いて頂きます。
- ※ キズ、汚れなどによりお受付できない場合がございます。予めご了承ください。
- ※ 食品は受け付けできません。※ 0~5歳を対象としたものとさせていただきます。
- ※ 交換できるおさがり品がない場合があります。ご了承ください。

### おさがり品は事前の持込みが可能です！

事前受付期間 11月29日(火)~6日(火) ※12/4(日)・5(月)は休館

事前受付場所 ことばのぼ(博多南駅前ビル2F)

※ 事前にお持込み頂いた方には当日使用できる引き換え券をお渡します。  
※ 紛失すると再発行はできかねますのでご注意ください。

DVD

## みんなで映画鑑賞会

たまにはゆっくりのんびり 映画でもいかがですか？  
プロジェクター大画面とスピーカーで本格映画館気分♪

子どもが生まれるとついつい遠のいてしまう場所、映画館。行くとなっても子どもたちの観たい映画になりがちですね。  
今回は、大人がゆっくり映画を観られるように上映会を企画しました！今回上映するのはドキュメンタリー映画「DEEP BLUE」と日本のゆるゆる映画「かもめ食堂」です。お気に入りのクッションなど自由にご持参きりラックススタイルでお楽しみください。

無料託児  
あり  
( 要事前申込 )

時間 ①10:30~12:00 『DEEP BLUE』 ②12:30~14:30 『かもめ食堂』

会場 ことばのぼ ( 博多南駅前ビル 2F )

料金 無料 定員 各回 15 名程度

### \* 参加頂くみなさまへ \*

- ◆ 映画上映は、よりリラックスしてご覧頂けるよう大人のみでの参加となります。
- ◆ 託児をご希望の方は12/1(木)までにお申込みください。(※申込み方法は裏面)
- ◆ 当日参加も可能ですが、お席確保のためのご予約も受付いたします。
- ◆ 会場のカフェでご購入頂いたドリンクをお持込み頂くことも可能です。

<http://mamacolab.com/>

小さな赤ちゃんがいてお出かけが不安なみなさん。

子育てに不慣れで出会いを求めるママさん、パパさん。ちょっとお出かけしてみませんか？

## 講座いろいろ

無料託児あり

秋はおでかけには良い季節。ちょっと趣味を深めてみるのも良いのでは？今回も、心も身体もリフレッシュできるたのしい講座がいろいろ。講座はどれもお話ししながらゆっくり進めますので、お友達づくりにもオススメです♪

受講者が自分たちの時間を過ごす事を大事にするため、お子様連れの方は、講座受講中は託児もしくはキッズスペースをご利用ください。

### 楽しいカンタンクリスマス☆ 『ローストビーフとクラッシュゼリー』

今回のメニューはローストビーフとクラッシュゼリーです。特別な材料は必要ありません。クラッシュゼリーは、火をほとんど使わないので家でお子さんと一緒に作れますよ。ちょっとしたおもてなし料理としても使えますので興味を持たれた方は是非。

10:30 ~ 12:00

(講師：春日沙矢加)

【定員】4人  
【参加費】1000円  
【持ってくるもの】底の深いタッパー(深さ5cm以上)、液体のこぼれない容器(タッパー、ジップロック等)、エプロン、筆記具、タオル



### 初めてでも編める！ 赤ちゃんも大好きな可愛い ラトル & ニギニギ 鍵編み講座

プレママ大歓迎

子どものために何かを作りたい、出産祝いなど贈り物を手作りで用意したい、そんな方におすすめの編み小物。初めてでも、これを機にどんな色んなものを編めるような基本の編み方を使った小物ですので、興味がある方は是非チャレンジしてください！

13:00 ~ 15:00

(講師：松本万里子)

【定員】10人  
【参加費】1000円(糸代含む)  
【持ってくるもの】かぎ針2号~4号(100円SHOPなどで売っているもので十分です。)  
※糸はこちらで準備します。



### 贈り物にも最適☆ パステルアートで Xmasカードを作ろう♪

パステルアートは優しい色合いのパステルを粉にして、指でクルクル塗って描いていきます。今年のXmasはオリジナルのメッセージカードに思いを込めてプレゼントに添えてはいかがでしょうか。(講師：ばすてるあーと☆ころいろ うえつはらあきこ)

①13:00 ②14:00

【定員】4人/回  
【参加費】1000円  
【持ってくるもの】なし



### 気になる悩みを可愛く改善♡ 耳リフレ&耳つぼ Jewelry

耳ツボ=ダイエットだけじゃないんです。お顔のリフトアップや、代謝アップ、肩こりなどなど、気になる悩みみにぜひお試しください。今回は、アレストの可愛い耳ツボ Jewelry を使用します。気分リフレッシュしませんか？医療用シートを使うので安全ですよ。(講師：アレストグループ 山本 理恵)

10:00~15:00

【定員】30分間毎に1人ずつ  
【参加費】1500円(耳リフレ+耳ツボ Jewelry 小を各耳1カ所ずつ) ※追加は別途料金  
【お知らせ】ご予約時に希望時間をお知らせください。



## カフェコーナー

### Cafe' TREE FROG

昨年、春日西小学校前に open した、「Cafe' TREE FROG」の店主カエルこと稲葉さんが一杯ずつ珈琲を淹れます。他に自家製 hotジンジャー、焼き菓子を販売します。あったかーいドリンクで、ゆったり・ユックリ時間をお過ごしください。



## mamacoLibrary

時間 10:00 ~ 15:00

会場 博多南駅前ビル 3F

親子、子ども、子育てに関する絵本や本を展示。コーヒを飲みながら、ゆっくり読書はいかがですか？



### キッズスペース あります

小さいお子さん向けにマットを敷いたスペースを用意しています。絵本やオモチャを用意しています。おむつ交換にもご利用いただけますので、どうぞご利用ください♪

ママコ Lab. は、小さなお子さんがある親が自分の時間を大切にできる場がほしい、という1人のママの思いからスタートしました。子育てのセンパイたちと出会うことができる学び交流の場を作ることで、家に閉じこもりがちな母親が外にでかけるきっかけを作ることを目的にしています。子育て環境の良い町=子どもの周辺環境の良い町だけでなく、『子育てする母親や父親が安心して、のびのびと子育てにチャレンジできる町』でもあることを目指しています。

### 一緒に活動してくれる仲間募集

ママコ Lab. 開催の企画・運営を一緒にしてくれる仲間を募集しています！活動を通して、こんな場所がほしかった！を実現しませんか？  
お問合せは「こととば那珂川オフィス」まで。

### ♡ お申し込み方法 ♡

講座および鑑賞会に参加希望の方は、①参加希望内容②参加者名③託児希望の有無(『有』の場合は、お子様の人数、名前、性別、年齢)④連絡先(電話とメール※パソコンからのメールを受け取れるアドレス)を明記の上、こととば那珂川オフィス(右記)へお申込みください。

- ★託児は先着順となります。託児ご希望の方は、**12月1日(木)** までにお申込みください。
- ★受付完了後、完了通知をお送りします。完了通知をもって受付完了となりますので必ずご確認の上で参加ください。
- ★キャンセルされる場合は、予めご連絡頂きますようお願いいたします。

【お問い合わせ先】

こととば那珂川オフィス

(博多南駅前ビル 2F)

TEL/080-1759-4134

※火-土(祝日除く) 11時~18時

MAIL/mail@cototoba.com

ママコLab.に関する情報は  
ホームページ『mamacolab.』で  
発信しています♪



ホームページの  
QRコードはこちら→