

# クオール×キャップスクリニック(医療法人社団ナイズ) ×メディカルフィットネスラボラー



第7回セミナー

平成30年  
9/29(土)

10:30 ~ 12:00  
2部制(10:15開場)  
無料



MEDICAL FITNESS LAB

ベビーカーご利用OK  
キッズスペースあります

気になったことを相談できる!



講師 高橋 奈々子 千葉県出身 7月17日生れ

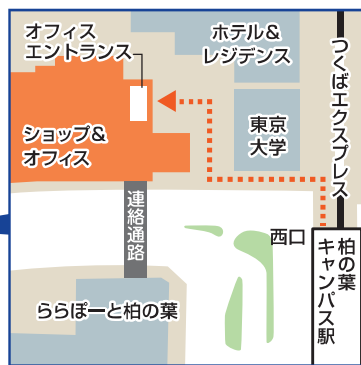
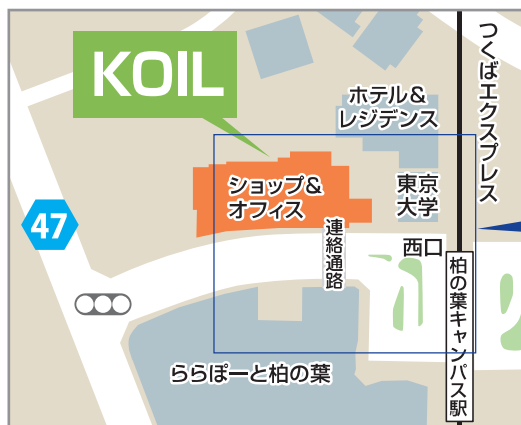
趣味はヨガとバレエ。好きな場所はディズニーランド。自身も幼少期より色々なスポーツを経験したことを活かし、大手スポーツクラブにてキッズ水泳教室、体操教室、ダンス教室で、0歳~12歳の幅広い子供達に指導をしていました。また、大人を対象としたスタジオレッスンもしており、そこで出会ったヨガにはまり、現在はキッズ教室を担当する傍らヨガインストラクターの活動もしています。

## 第一部「親子リトミック」(対象0~2歳)10組(20名)約40分 ※要予約

お母さんと一緒に、音楽に乗せて身体を動かしてみよう!  
(親子リトミックではパパ&ママに学んでいただき、お家でもできるような動きで、お子さんの脳を活性化させるような内容となります。)

## 第二部「子供リトミック」(対象3歳)10組(20名)約40分 ※要予約

お母さんと一緒に、身体を動かすだけでなく、色々な動きにチャレンジしてみよう!  
(子供リトミックでは、親子参加のパート、子どもだけパート、親子参加パートの3構成を考えています。)



駅からのご案内  
西口を出てオフィスエントランスからお入りください

会場: 31VENTURES KOIL  
6F KOIL スタジオ  
(オープンスペース)  
(ららぽーと直結)

最寄駅: 柏の葉キャンパス駅  
千葉県柏市若柴 178-4  
柏の葉キャンパス 148 街区 2  
当日は入口にてご案内をしております。

ご予約をご希望の方はお電話でご連絡ください  
クオール薬局柏の葉店 04-7128-7589

# クオール × キャップクリニック (医療法人社団ナイズ)

## 今後の開催予定

第8回 10月20日(土) 10:30 ~ 12:00 (10:15 開場)

### 甘いお菓子との付き合い方

多くの子供が大好きな甘いお菓子。そもそもお菓子は何でできているの？  
食べ過ぎるとどうなるの？どのくらい食べても大丈夫なの？  
お菓子に関わる疑問について全てまとめてお話しします。



第9回 12月15日(土) 10:30 ~ 12:00 (10:15 開場)

### 看護師によるホームケア

熱があるけどお風呂に入っている？下痢してるけどご飯はどうしたらいい？咳で眠れないときは？・・・等々、お子さんの具合が悪いときの心配事はたくさんありますよね。  
そうしたときのお家でのホームケアのポイントをお伝えします！



右のコードから過去の子育て大学が観覧できます。

クオール株式会社 ⇒子育て大学 (各種動画をお選びください)  
YOUTUBE チャンネル



※11月の開催はありません。

## 注意事項

- ・予約時にはお電話にてお子さんの年齢を教えてください。
- ・対象年齢3歳頃までのお子さん。(但し、講演内容により年齢の前後あり)
- ・KOILの会場には多くの会社様のオフィスが併設しております。オープンスペース外のご利用はご遠慮ください。
- ・おむつ替え台や授乳室のご利用につきましてはお手数ですが、2階の連絡口よりららぽーとへ入りららぽーと内の施設をご利用ください。
- ・お子さんの飲食可能です。
- ・開場ですでに出したゴミはお持ち帰りください。
- ・事前予約がなく、会場が満員になりました際にはご入場をお断りする場合がございます。ご了承ください。

※急きょ、講演日程・内容が変更になる場合がございますが、ご了承ください。



## クオール薬局柏の葉店

T E L : 04-7128-7589

F A X : 04-7128-7790

営業時間: 9:00 ~ 21:00

年中無休