## ❖ CityLife主催 ❖

子育てママも楽しく♪美しく





第5回

千里ライフサイエンスセンター

10:30~16:00

"ママが楽しむ、学ぶ、キレイになる、癒される"がテーマの「Mam Festa」。 子育てセミナーや親子体験会などプロの講師に色々教えてもらえるチャンス。 さらに、美容、雑貨、ワークショップなど楽しいブースも盛りだくさん。ぜひお越しください。

# Mam<sup>\*</sup> Festa\*の楽しみ方

🕕 セミナー体験会に参加しよう! お子さんと一緒に参加OK!事前申込が優先。 申込方法は15ページへ

ブースで体験や ワークショップ、 雑貨販売などを楽しむ!







場所: 千里ライフサイエンスセンター6F 豊中市新千里東町1-4-2(地下鉄千里中央駅下車すぐ) 主催:CitvLife

[お問合せ] TEL.06-6338-0640 (シティライフマムフェスタ担当)

http://mamfes.citylife-new.com/

[千里ライフサイエンスセンター駐車料金]

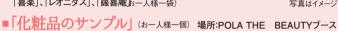
最初の1時間 400円、以後30分毎200円 最大1,300円 [周辺駐車場のご案内]タイムズヤマダ電機LABI千里(10時~22時) 1時間300分、以後30分150円、最大700円 ※2016年2月時点での価格です。



# <sub>各先着</sub>100名様来場者プレゼント!

北摂の名店から集めた

■「お菓子のアソートセット」1,200円相当 北摂のスイーツ店5店舗のお菓子詰め合わせをプレゼント! 場所:メイン会場 ご協力店:「遊心」、「エストサブロン」、 「喜楽」、「レオニダス」、「薩喜庵」お一人様一袋)





## 抽選で素敵な賞品をプレゼント!

※セミナー・体験会に参加いただいた方。事前申込時に発行される 受付番号をお控えの上お越しください。

フェリーさんふらわあ 春休みファミリークルーズご招待券 3 684# ■ MAHOT COFFEE(マホットコーヒー)

MAHOT 特製ブレンド 珈琲豆100g 15 名様 BORN TO BE

グラノーラ(ビューティーココア) 10 名様 ※オーガニックチョコチップ入り Nostalgia dell'Italia(ノスタルジア・デッリタリア) イタリアの文具 ステーショナリーセット 3 名様

バラのミニカード 6枚セット 5 名様 ■ un\*jour(アンジュール) ホーローキャニスターセット 各 1 名様 プリザーブドフラワー春 & 11 名様

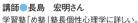
スマイルキッズ 知育玩具 2 84 などの賞品をご用意しております。



各セミナー会場 スケジュールはP.15へ

# 動物占いでわかる?子どものやる気の出し方

褒めた方が良い子、かまい過ぎてはい けない子。子どもの個性は様々です。 今回のセミナーでは「動物占い」を基 に、ママや子どもの性格分類をしてか ら、それぞれの個性にあわせてお話し ます。個性心理学で知る子どもの個 性。子育て必須の知識ですよ!



著書に『ほめる力が子供を伸ばす』など。



## 子育てママのためのマネーセミナー

今後の家計や教育費のこと等、お金 の専門家ファイナンシャルプランナー が「この時期に抑えておきたいこと」 をお伝えします。「知ってて良かった!」 そして安心してもらえるお金のお話を お届けします。

講師●平松 彩さん

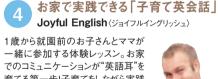
ファイナンシャルプランナー 10年の経験と女性ならではのきめ細やかなアドバイスが人気。

## 自分管理ができる子に育てるヒント 株式会社ライフビジョン

身の周りの整理整頓ができる、忘れ 物も少ない。そんな子どもはあまり居ま せんが(笑)、ママたちの理想はきっと こうですよね?幼い頃からのちょっとし た習慣で、自分のことは自分で管理で きる子に育つヒントをお話します。

### 講師・平尾 仁美さん

新築・リフォーム時の収納プランニングや 整理収納作業の豊富な経験を生かした各種セミナーや子ども部屋 の収納プランニングのお片づけレッスンも行う。



ー緒に参加する体験レッスン。お家 でのコミュニケーションが"英語耳"を 育てる第一歩!子育てをしながら実践 できる英会話の方法をお伝えします。 (先着15組)



アメリカオレゴン州に生まれ、九州で育った 講師歴10年以上のネイティブスピーカー。幼稚園講師や主任の経 験もあり子どもの心をつかむのがとても上手。

自分に向いているコトを見つけるワーク

### 教育資金をためながら、 マイホームを建てる方法 家づくりの相談窓口

施工に関わらない立場だからこそできる 「ぶっちゃけ話」お話します。実は、少し の知識でかかるお金は思っている以上 に少なくなります。施工会社を見誤って 後悔されている人も想像以上にたくさん おられます。ローンのことから会社選び まで業界の裏話と合わせてお話します。

### 講師 高橋 孝治さん

厚生労働省認可の住宅建築コーディネーター認定講師。設計や施工には関わらず、中立な立場で住宅の相談に乗っている。

か?おいしい野菜に秘められた力も

### 講師 なかたに みほ さん

いんやん倶楽部師範。中医薬膳指導士。 茨木市で養生料理教室いちか主宰。コープ自然派イベントで食育

### 大人の女子力UP体験 Beauty space U'l U'l 〈ウイウイ〉

リフトアップメイク術と頭皮ケアを体

験!年齢とともに、顔のたるみ、くす み、目尻や口角の下がり、薄毛、など 気になることはいっぱい。ベースメイ ク、眉、アイライン、まつ毛、リップ、な ど大人の品格メイク講座。

### 講師 高野 薫さん

JESA認定講師で15年以上の実績 美眉デザインのスペシャリスト

スマイルキッズ



### ベビーマッサージ プチベール

ママに赤ちゃんの、足・おなか・おむ ね・背中と全身のマッサージの方法 をお伝えします。

対象:2ヶ月~1歳くらいのベビーとママ。 持ち物:バスタオル

### 講師●内田 ゆかりさん

ベビーマッサージセラピスト資格取得。2児 のママセラピスト。



一クを体験。自身も探し続けた経験を 持つ講師と共に楽しくワークをしましょ う。今こそママも自分の人生設計を

子育て奮闘中の今、自分をしっかり振

り返る時間を持ってみませんか。自分と

向き合い、向いていることを見つけるワ

**Bloom Color School** 



子どもが0歳の時から色の勉強を始め、現在 日本で唯一託児付きカラースクールを運営。創設10周年を迎え、コ ンサルティングをしてきた女性は1万人にのぽる。



離乳食ってたいへん?料理が苦手な 人でも大丈夫!かんたん調理のかさ ね煮を使って離乳食をはじめません 紹介します。

### 赤ちゃん期には"脳の刺激"を意識し た遊びを取り入れる事が肝心。知音 遊びの中に、赤ちゃんの体幹を意識 した身体作りのポイントや自己表現手 段としてのサインも織り交ぜたカリキュ ラムを体験してみませんか。(0~1.5 歲対象·事前予約制·先着15組)

ベビー知育 with WARAリズム

### 講師 石原 里香さん

年間1,000人以上のお子さまをみている 「りか先生」と一緒に親子で知育遊びを楽しむ45分間です。



### 学資保険で「得する人」「損する人」 ソニー生命保険株式会社

子どもの未来のために必要なお金っ て? 賢い貯蓄方法って? 学資保険 って必要なの? 本当に値打ちを分か ってもらえるママだけにこっそりと、分 かりやす~くお教えします。

### 講師●ライフプランナー 佐伯 忠史さん

ソニー生命保険株式会社

クーーエの体験体式会社 全の6-4797-1817 大阪ライフブランナーセンター第7支社 大阪市北区梅田2-2-22 ハービスENT15F SL15-1520-0141



### 輝く自分になれる春のメイクレッスン POLA THE BEAUTY 茨木店

春のファッションに合う、旬のメイクレ ッスンです。少しのテクニックでキレイ に魅せるコツやあなたの肌に合うメイ ク方法を伝授します。



### 講師 高木 真美さん

POLA THE BEAUTY茨木店マネージャ 美肌・美白の事ならお任せ!お客様からの信頼も厚い、エステ・メイク