

まちにわ主催イベント

10日 (水)

子育てママ向け
まちにわりびく vol.28

絵本の読み聞かせ、手遊び、工作などをおこないます。
その後はランチタイム。是非お弁当持参でお楽しみください。

🕒 10:30~12:00 その後ランチタイムあり
📍 100円 (未就学児 無料) ☎ 042-452-5758
✉ info@machiniwa-hibari.org 「まちにわりびく」参加者様」と明記の上、お子様の月齢・年齢をご連絡ください

13日 (土)

ジョギング会

地域の公園や名所を回りながらのジョギング
どなたでもご参加いただけます。女性・初心者大歓迎です。

🕒 8:00 ひばりテラス 118 駐車場集合
📍 ジョギングできる靴、タオル 無料
✉ info@machiniwa-hibari.org ☎ 042-452-5758
「ジョギング会参加希望」と明記ください。詳細ご連絡いたします

13日 (土)

green bird
ひばりが丘チームぞうじ

ひばりが丘駅からひばりテラス 118 までをみんなでごみ拾いをします。当日飛び入り大歓迎!

🕒 10:00~ひばりが丘 PARCO 集合 📍 無料
✉ hibarigaoka@greenbird.jp
http://www.greenbird.jp/team/hibarigaoka

市民ライターになる講座 初回ガイダンス無料 (全5回)

21日 (日) ガイダンス

自分たちの活動を伝える
地域の催しを紹介する

1/21,2/4,2/18,
3/4,3/18

🕒 21日 16:00~18:00
📍 初回無料 (以降 1,000円/回)
📍 ひばりタイムス Web サイト予約フォーム
(http://www.skylarktimes.com/)
✉ info@skylarktimes.com
☎ 042-430-0965

HACO NIWA
- ハコニワ -

ひばりテラス 118 のエントランスに新たなスペース「まじごとのお店 HACO NIWA (ハコニワ)」がグランドオープンしました!!
HACO NIWA は地域の作家さんと共に運営するハンドメイドの雑貨ショップです。みなさんのご来店をお待ちしております。



ひばりテラス 118 開催お教室

6,13,20,27日 (土) 小学生対象 パソコンで楽しく学ぼう! 算数・英語!

🕒 10:00~17:00
📍 500円
☎ 042-439-6151 (並木 一朗)
✉ wings-win@outlook.jp

6,13,20,27日 (土) 中学生必見! 成績アップの秘訣がわかるテスト対策講座

🕒 10:00~17:00
📍 500円
☎ 042-439-6151 (並木 一朗)
✉ wings-win@outlook.jp

6,20日 (土) 自己整体体操 ルーシーダットン

🕒 10:15~11:45
📍 2,000円 (初回 1,000円)
☎ 090-7223-4939 (大場 由美子)
✉ reiyel.relaxation@gmail.com

6日 (土) 【キッズオープンクラス】三沢ダンス・プチ・メゾン ひばりが丘教室キッズ・モダン・ダンス

🕒 12:00~13:00 (レッスンは45分)
📍 1回のみ 1,200円 体験レッスン 500円
☎ 080-5907-0770 (津部早紀)
✉ misawadance@gmail.com

7日 (日) HAS 主催「猫の譲渡会」

🕒 13:00~15:00 📍 無料
☎ 090-2643-7287
☎ 080-5501-9422
HAS (ホーム・アニマル・ソサエティ)
http://hasweb.fc2web.com

10,24,31日 (水) コントロール・ピラティス

🕒 10:10~11:10 (子連れOK)
11:20~12:20 (大人のみ)
📍 1,500円 (初回お試し 1,000円)
✉ http://control-pilates.weebly.com/ (安立順子)

10日 (水) ベビーふれあい教室

🕒 10:00~11:30
📍 3,500円
✉ baby-bambini@gp4.so-net.ne.jp
(RTA 指定スクール Bambini 藤田まみ子)

11,18,25日 (木) 女性のための健康ヨガ体操 30代~70代の方歓迎!

🕒 10:00~10:45
📍 750円 (1回)
☎ 090-9800-1197 (ショートメール可)
✉ mytaisoinfo@gmail.com (水野)

11,18,25日 (木) ママのためのヨガストレッチ お子様連れOK!

🕒 11:00~11:45
📍 750円
☎ 090-9800-1197 (ショートメール可)
✉ mytaisoinfo@gmail.com (水野)

11,25日 (木) 大人書道

🕒 10:00~12:00
📍 4,000円 / 月2回
☎ 050-3555-4582 (神野)
✉ natsukokanno@gmail.com

11,25日 (木) 子供書道

🕒 15:30~18:30
📍 4,000円 / 月2回
☎ 050-3555-4582 (神野)
✉ natsukokanno@gmail.com

11,25日 (木) ひばりーピラティス

🕒 子連れOK. 10:10~11:00
📍 1,500円 (体験 1,000円)
✉ info@hibari-pilates.com
(ひばりーピラティス 浅見美沙)

12,26日 (金) 【美姿勢トナーニング・メンテナンスレッスン】基礎講座を受講された方向けに、基本の体幹と姿勢を正して更に美しいボディラインを目指すレッスンです。

🕒 14:00~15:00
📍 3,500円
✉ yoko.tanaka.130@gmail.com
☎ 080-1827-4233 (田中陽子)

12,26日 (金) 大人向け英会話

🕒 19:15~20:30 📍 8名
📍 2,000円
✉ mai-bigsmile@i.softbank.jp (天野)

12日 (水), 29日 (日) 産後ヨガ ~赤ちゃん連れで産後の身体づくり~

🕒 12,29日 → 9:30~10:45
📍 1,500円
✉ yuki-yuki-ko@hotmail.co.jp (鈴木)
※①氏名②産後の経緯月数、悩んでいる症状等を明記の上、ご連絡ください

13,27日 (土) 親子幼児教室 *体験レッスン *nico☆ばすけっと

🕒 10:30~11:30
📍 1,500円 (両日参加 2,500円)
☎ 070-3515-3016 (みんなの広場 nico/picnic)
✉ smile@nico-picnic.com

15,29日 (月) ハグヨガ

🕒 9:40~10:30
📍 1,000円
✉ http://aromammayoga.web.fc2.com/classapplication.html
aromamma 伊勢 佳寿子

15,22,29日 (月) ママヨガ

🕒 10:40~11:50
📍 1,000円
✉ http://aromammayoga.web.fc2.com/classapplication.html
aromamma 伊勢 佳寿子



15,22,29日(月) 【幼児クラス~小学校低学年クラス~】
三沢ダンス・ブチ・メゾン
ひばりが丘教室キッズ・モダン・ダンス
🕒 16:00~17:00
👤 1回のみ1,200円 体験レッスン500円
📄 チケット制10回12,000円
☎ 080-5907-0770 (波部早紀)
✉ misawadance@gmail.com

15,22,29日(月) 【~小学生クラス~】 **新クラス開講**
三沢ダンス・ブチ・メゾン
ひばりが丘教室キッズ・モダン・ダンス
🕒 17:00~18:00【対象】小学3~6年生
👤 1回のみ1,200円 体験レッスン500円
📄 チケット制10回12,000円
☎ 080-5907-0770 (波部早紀)
✉ misawadance@gmail.com

17日(水) 初めてのファーストサイン
~赤ちゃんに大好きって伝えよう!
🕒 10:00~11:30
👤 3,500円
👤 生後6ヶ月~離乳食いまでのお子さん
✉ baby-bambini@gc4.so-net.ne.jp
RTA 指定スクール Bambini 藤田まみ子

18日(木) 量り売り!
フリーアロマクラフト会
🕒 10:00~14:00
👤 500円 + 材料費
✉ yyakiko1979@gmail.com
(篠宮見子)

18日(木) ランチ付き!
ベビーマッサージ講座
🕒 10:30~13:30
👤 初めの方 3,500円
👤 2回目以降の方 3,000円(ランチ付き)
☎ 042-420-1122 (マノマノ 荻野)
✉ manomano-bebe@nifty.com

18,25日(木) 【平日夜開催】
女性のためのフィットネス太極拳
🕒 19:00~20:30
👤 2,000円
☎ 042-439-6038
http://tbtokyo.jp
H&B Tokyo 株式会社 (太極拳係)

20日(土) 【美姿勢トナーニング基礎講座】
ゴッコリお顔とせよなら姿勢と呼吸、骨盤からのアプローチでメリハリのある美しいボディラインを手に入れませんか?
🕒 13:00~14:30
👤 7,000円
✉ yoko.tanaka.130@gmail.com
☎ 080-1827-4233 (田中陽子)

20日(土) プリザーブドフラワーのアレンジメントとハーブティー
🕒 10:30~12:00 👤 3,500円
☎ 080-3414-2392
✉ Flower_Jas2525@gmail.com
(花のアトリエはたみどり)

21日(日) アーユルヴェーディック
セルフケア付 女性のためのヨガ
🕒 10:15 ~ 11:30
👤 3,000円 材料費込
✉ yuki-yuki-ko@hotmail.co.jp (鈴木)
*①氏名②連絡先をご連絡ください。

22日(月) 元気いっぱい『免疫力』を高めよう講座
🕒 10:00~12:00
👤 1,000円
✉ kokohahanet@gmail.com
(ここはほネット)

22日(月) 産後ヨガ&
ベビーとキッズの安眠リフレ
🕒 9:30 ~ 10:30
👤 2,000円
http://aromamammyoga.web.fc2.com/classification.html
aromamma 伊勢 佳寿子

24日(水) キッズふれあい教室
🕒 10:00~11:30
👤 3,500円
✉ baby-bambini@gc4.so-net.ne.jp
(RTA 指定スクール Bambini 藤田まみ子)

26日(金) 親子ふれあい遊び&
おもちゃ作り
🕒 10:00 ~ 11:30
👤 1,500円
☎ 070-3515-3016 (みんなの広場 nico@picnic)
✉ smile@nico-picnic.com

27日(土) 背骨からココロもカラダもスッキリ!
英・カイロ ワンコイン施術会
🕒 10:00~16:00
👤 500円
☎ 080-3089-3113 (代表 元木暲大)
✉ solareyodai@gmail.com

28日(日) すすすくすっ!カラダの勉強会
第8回「プレッシャーに負けない! ココロが強くなるカラダの作り方」
🕒 10:00・11:30・13:00・14:30・16:00・17:30 👤 2,000円
☎ 080-3089-3113 (代表 元木暲大)
✉ solareyodai@gmail.com

29日(月) マタニティヨガ
🕒 11:15~12:30
👤 2,000円
✉ yuki-yuki-ko@hotmail.co.jp (鈴木)
*①氏名、年齢②妊娠週数③悩んでいる症状等を明記の上、ご連絡ください。

29日(月) 成長記録や記念に♡
キットパスで手形足形アート
🕒 10:00 ~ 11:00
👤 1,500円
☎ 070-3515-3016 (みんなの広場 nico@picnic)
✉ smile@nico-picnic.com

31日(水) ママの子育てが楽になる
カラダ作り!産後ママトレ
🕒 10:00 ~ 11:30
👤 2,500円
✉ baby-bambini@gc4.so-net.ne.jp
(RTA 指定スクール Bambini 藤田まみ子)

1月の土・日・祝 【ひばりテラス限定価格】
Access Bars®(アクセスバース)セッション
🕒 10:00~18:00(最終受付16:30)※完全予約制
👤 60分 通常8,000円→5,000円
👤 90分 通常10,000円→7,000円
✉ hb.therapy.n.t@gmail.com (大野奈々)

毎週水曜日 ERI's WORK OUT YOGA
🕒 水曜日 19:30~21:00 **Men'sも大歓迎です**
👤 ドロップイン:1,500円、回数券(5回):6,000円
✉ eri939261@gmail.com (e-yoga)

随時開催 ECC ジュニア
無料体験レッスン
🕒 1時間半程度 ※日時は応相談
👤 無料 3・4歳~中学2年生
☎ 042-469-0242 (近藤麻子)

毎週月・水・金曜日 学研 ひばりテラス教室
🕒 14:30 ~ 20:45 (週2回1時間程度) **無料体験受付中!**
👤 8,640円 / 月8回
☎ 080-9092-3776 (栗村理恵)
✉ rie.gakken.kurimura@ezweb.ne.jp

毎週月・水・金・土曜日 そろばん教室ひばり
🕒 月・水・金 16:05~17:05
🕒 水 15:05~16:05、17:05~18:05
🕒 土 9:00~10:00
👤 第2(年級88回) 月4000円
👤 第1(年級44回) 月2000円
👤 検定料 フラッシュ暗算 教材費 500円
✉ pin1124@docomo.ne.jp ☎ 080-9698-3331

手ぶらでBBQプランご予約受付中!
予約方法 店頭受付または電話のみ
☎ 042-465-1665
①お手軽プラン ¥4500 飲み放題 2時間付
②スタンダードプラン ¥5500
③プレミアムプラン ¥6500
※詳細は店頭まで



1月の定休日のお知らせ
9日(火),16日(火),23日(火),30日(火) ※毎週火曜日
営業時間 全日 9:00 ~ 19:00
※フードラストオーダー 18:00 ドリンクラストオーダー 18:30 まで
※12/29 ~ 1/4 まで年末年始休業とさせていただきます

ひばりテラス 118
西東京市ひばりが丘 3-4-47
Tel:042-452-5758
info@machiniwa-hibari.org

年末年始休業期間:
12月29日(金)~1月4日(木)
※オックスカーシェアは休業に関わらずご利用いただけます。
※休業期間中でのお部屋のご予約につきましては、年始営業開始後の予約確定となりますのでご注意ください。