

さわやかな初夏の季節となりましたが
みなさま、お元気でいらっしゃいますか？

アクアクララタイムズでは皆様のお役に立つ情報や
心温まる情報を発信したいと考えております。



HODサークル開催のご案内

アクアクララ会員様のためのHODサークルを開催します。
アットホームな雰囲気楽しんでいただきたいので、少人数制で行っております。
教室なんて初めてだし不安…という方にも丁寧に説明しますよ！
お一人でも、友人と一緒でも、お気軽にご参加いただけます。
皆さまのご応募、ご参加、お待ちしております。
全講座ドリンク付き

各講座 10 名様 の募集です。
多数応募の際は抽選といたします。
当選者様には、郵送にてご連絡いたします。



防災トーク講座

大地震の可能性が 30 年以内に 70%といわれています。何とかなるかでは、
子どものいのちは守れません。知っていれば、備えていれば、
守れるいのちがあります。楽しくおしゃべりしながら、必要な知識、
備えができるスマートママになりませんか？
カワイイ防災myホイッスルを作るワークショップ & ママのための防災ブック
『その時ママがすることは？』がもらえます♡

開催日：2017/7/3（月）10：00～12：00
場 所：大阪駅前第3ビル 自習室うめだ
講 師：NPO 法人ママふぁん関西
仲松みつえ・戎多麻枝
参加費：会員様とお友達 500 円（税別）
一般 1,000 円（税別）
応募締切日：2017/6/20（火）当日消印有効



※画像はイメージです

肩こり・腰痛リラク体操講座

体が重くてしんどい毎日・・・身体に不安がある。運動した方が良いと
思うけどつらい！しんどいことはムリ！」そんなあなたにぴったりに。

開催日：2017/7/6（木）10：00～12：00
場 所：大阪駅前第3ビル 自習室うめだ
講 師：リボンバレエ&ウェルネス協会
代表 安田由香里
参加費：会員様とお友達 1,000 円（税別）
一般 2,000 円（税別）
応募締切日：2017/6/20（火）当日消印有効



※画像はイメージです

HODサークル参加お申込み

にチェック（✓）を入れてお申込み下さい。
当選者の方には郵送にて返信いたします。

参加希望講座

- 防災トーク講座 7/3（月）10：00～12：00
 肩こり・腰痛リラク体操講座 7/6（火）10：00～12：00
 フリザーブドフラワーで作るお仏花講座 7/13（木）10：00～12：00
 ペーパーキリングクラフト講座 7/27（木）10：00～12：00

お名前		会員番号	
住所	〒	電話番号	
同伴者 お名前		続柄	ご家族・ご友人・その他

■アンケート 上記の日程が合わない方も返信をお願いします。

1. 今後、どのような講座があれば参加したいと思われますか？

2. アクアクララHODでは講師を募集しています。何かを教えていらっしゃる方
チャレンジしたい方、おこづかいを稼ぎたい方は講座内容をお聞かせ下さい。
弊社担当者より改めてご連絡致します。

お預かり致しました個人情報は、当社サービスのお申込並びにご利用のみに使用いたします。

【HODサークル応募締切日】

1. 防災トーク講座 2017/6/20（火）当日消印有効
2. 肩こり・腰痛リラク体操講座 2017/6/20（火）当日消印有効
3. フリザーブドフラワーで作るお仏花講座 2017/6/30（金）当日消印有効
4. ペーパーキリングクラフト講座 2017/7/12（水）当日消印有効

今後もさまざまなイベントを予定しております。どうぞお楽しみに♪

HODサークルイベント予定は、アクアクララHODのHP内
“店舗のご紹介”をご覧ください。

過去に発行したアクアクララタイムズは、HPより
ご覧になれます。



恐れ入りますが
52円分切手
お貼りください

郵便はがき

5 3 0 0 0 5 7

大阪市北区曽根崎2-5-10
梅田パシフィックビルディング 8F

アクアクララHOD

株式会社アクアクララレモン 行



まずはお気軽にお問合わせください。

フリーダイヤル

 0120-332-880

携帯電話からでもOK!

受付時間/9:00~17:30(土・日・祝日休業)

お届けします。あんしん・おいしいお水。 **アクアクララグループ**

アクアクララHOD

〒530-0057 大阪府大阪市北区曽根崎 2-5-10 梅田パシフィックビルディング 8階
FAX/ 0120-332-018

<http://hod.aquaclara-web.jp/>

プリザーブドフラワーで作るお仏花講座

最近 プリザーブドフラワーの仏花が増えています。
生花には虫が付いていたりしてお仏壇の中で悪さして金箔など食べたり、
中に住み付いたり仏壇仏具店などでは、生花は仏壇の中に入れてないで
欲しいと造花を供えてある事が多いです。



※画像はイメージです

開催日：2017/7/13 (木) 10:00 ~ 12:00
場 所：大阪駅前第3ビル 自習室うめだ
講 師：メリーゴーランド
代表 水島 あゆみ
参加費：会員様とお友達 1,500円 (税別)
一般 2,500円 (税別)
応募締切日：2017/6/30 (金) 当日消印有効

ペーパークイリングクラフト講座

ペーパークイリングで写真フレーム
細長い紙をクルクル巻いてお花やお魚など好きな形に作って、
写真フレーム作ります。
お子様と一緒に夏休みの思い出作りができます。



※画像はイメージです

開催日：2017/7/27 (木) 10:00 ~ 12:00
場 所：大阪駅前第3ビル 自習室うめだ
講 師：papel merry 槇本 恵理子
参加費：会員様とお友達 1,000円 (税別)
一般 2,000円 (税別)
応募締切日：2017/7/12 (水) 当日消印有効

特定非営利活動法人 ママふあん関西

子どもたちを中心に共に楽しみ学べる場を地域に創る



子どもに関わる大人の笑顔とパワーを集め、
少しずつの力を持ち寄って地域と一緒に楽しむ
(FUN) ことができれば人生はさらに豊か
になるはず。
笑顔が増えれば社会のHAPPYが増え
子ども達自身のカも育めると、私たちは
考えます。

ママふあん関西メンバーになろう メンバーだけの特典いろいろ!!

まちFUNまつり、ママふあんマルシェ!

- ・イベント出展の先行情報をお届け
- ・メンバー限定イベントへの参加
- ・ママふあん交流会への参加

こんなことやってみよう!

- ・自分の地元・地域で、まちFUNまつりや防災、ママトークを開催したい
- ・あなたのやってみようを応援

●メンバーになるには

「ママふあん関西」で検索して
WEBサイトへアクセス

<https://www.facebook.com/mama.fun.kansai/>

たくさんの出会いや発見を通じて、共に楽しみ学べる場を地域で一緒に作って
行きませんか?



リボンバレエ&ウェルネス協会

(十三、大阪城公園、住道)

リボンバレエとは、安田由香里が考案した、カラダをよみがえらせる(reborn)ための
体操です。

女性ならさっと憧れるバレエを基礎に、身体の不特定愁訴(肩こり、腰痛、ひざの
痛み、尿もれなど)を改善するメソッドです。

美しいミュージカル音楽に合わせ、踊ったり歌ったり、という楽しい時間を過ごすうちに、
健康になれるように…との願いを込め、2015年春に考えられたメソッドです。

リボンバレエという名称ですが、バレエそのものではなく、あくまでバレエをベースとした、
健康になるための体操です。



～講師からのメッセージ～ **安田 由香里**

私自身も昨年、長年の無理からか、膝や腰に大きな
トラブルを抱え、悪化しはじめていましたが、その状態に
合った簡単な運動をしてきたることにより、回復して
来ました!

簡単な運動でも、続ける事で必ず良くなる! 心も軽くなる!
膝や腰などにトラブルがあってもできる、楽しい運動を始めて
みませんか?

お気軽にお問い合わせください! **TEL 080-5348-6069**

受付時間 9:00 - 21:00 [日・祝日除く]

※指導中は電話に出れない場合があります。