

アンバーウェルネス

2025年4月

■4/5(土)いちご狩り&お花見へ行こう♪ 40分間食べ放題のいちご狩りをした後、昭和の森へ移動しのんびりピクニックをします♪昼食は近くのファミレス(ガストやサイゼリヤ等)を予定しています。場所:mama's berry・昭和の森
持ち物:2,000円(いちご狩り代)、昼食代1000~1500円、汚れてもいい服、水筒

■4/17(木)ウェルネス・ポッチャ大会!

1部と2部両方参加する事も可能です♪公式のポッチャボールを使用して本格的に実施します!

■4/19(土)ウェルネスカフェ・簡単蒸しパン作り♡ 電子レンジで簡単に作れる蒸しパンを作ります♪午後は近くの公園へお散歩へ行きます♪

■4/26(土)江の島食べ歩きの旅♪ 江の島の仲見世通りで食べ歩きをし、展望台へ登ったり、神社へお参りしたり、島中を巡ります♪

■4/29(火)ディズニー計画&お小遣い帳作り! 2026年2月にウェルネス遠足でディズニーを予定しています。その為の無理のない積み立ての方法を楽しく学びます♪自分で働いたお金やお小遣いを計画を立てて大切に使う練習です。(毎月1,000円を積み立てし、自分で管理します)



月	火	水	木	金	土	日
	1 16:00-18:00 プール (13:00-15:30)	2 15:00-18:00	3 13:00-18:00 ポッチャ (16:00-18:00)	4 13:00-18:00 卓球 (13:00-15:30)	5 ■お花見&いちご狩りへ行こう♪ (9:30-17:00) 場所:mama's berry 昭和の森 いちご狩り2000円、 +昼食代	6
7 16:00-18:00 バドミントン (13:00-15:30)	8 16:00-18:00 プール (13:00-15:30)	9 15:00-18:00	10 13:00-18:00 ポッチャ (16:00-18:00)	11 13:00-18:00 卓球 (13:00-15:30)	12 ■トレーニング (9:30-12:00) ■ヨガ&お茶会 (13:00-15:00)	13
14 13:00-18:00 モルック (13:00-15:30)	15 16:00-18:00 プール (13:00-15:30)	16 15:00-18:00	17 ■ポッチャ大会1部 (13:00-15:30) ■ポッチャ大会2部 (16:30-18:00) 優勝賞状あり☆	18 13:00-18:00 卓球 (13:00-15:30)	19 ■ウェルネスカフェ 蒸しパン作り♡ (9:30-15:00) 材料費:300円	20
21 13:00-18:00 モルック (13:00-15:30)	22 16:00-18:00 プール (13:00-15:30)	23 15:00-18:00	24 13:00-18:00 ポッチャ (16:00-18:00)	25 13:00-18:00 バスケット (13:00-15:30)	26 ■江の島 食べ歩きの旅 (9:00-17:00) 場所:江の島 持ち物:4,000-5,000 (昼食代、食べ歩き代、 お土産代)	27
28 13:00-18:00 モルック (13:00-15:30)	29 ■ディズニー計画& お小遣い帳作り (9:30-15:00) 来々2月に ディズニーランドイベント を予定しています。 その為の積み立ての方法 などを学びます♪	30 15:00-18:00				



047-702-5113



047-702-5114



080-9290-3479 (照屋) / 070-4486-6569 (中島)