



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2 10:30~12:00 Golfレッスン	3 10:30~11:30 kujuuベビーマッサージ教室 19:45~20:45 ボックスエアロ講座	4 10:30~11:30 体型と体質改善の講座 10:30~12:30 シニア向け体操&ランチ	5 シニア向け体操&ランチ 3月10日(木) ・栄養たっぷり2色バスタ ・コンソメスープ ・デザート
6 13:30~14:30 19:45~20:45 ピラティス&ヨガ講座	7 10:30~11:30 BabyYogaマッサージ教室	8 10:30~11:30 心地よく暮らす整理収納術	9 10:30~12:00 Golfレッスン 11:00~12:00 19:45~20:45 骨盤ストレッチ&ベリーダンス ムーブメント講座	10 10:30~11:30 kujuuベビーマッサージ教室 13:00~14:00 バレトン講座 19:45~20:45 ボックスエアロ講座	11 10:30~11:30 体型と体質改善の講座 16:00~17:00 フラ&タヒチアンダンス講座	12
13 13:30~14:30 19:45~20:45 ピラティス&ヨガ講座	14 13:30~14:30 19:45~20:45 ピラティス&ヨガ講座	15	16	17 10:30~11:30 kujuuベビーマッサージ教室 19:45~20:45 ボックスエアロ講座	18 10:30~11:30 体型と体質改善の講座	19
20	21 春分の日	22 10:30~11:30 心地よく暮らす整理収納術	23 10:30~12:00 Golfレッスン 11:00~12:00 19:45~20:45 骨盤ストレッチ&ベリーダンス ムーブメント講座	24 10:30~11:30 kujuuベビーマッサージ教室 13:00~14:00 バレトン講座 19:45~20:45 ボックスエアロ講座	25 10:30~11:30 体型と体質改善の講座 16:00~17:00 フラ&タヒチアンダンス講座	26
27	28 13:30~14:30 19:45~20:45 ピラティス&ヨガ講座	29	30	31 10:30~11:30 kujuuベビーマッサージ教室 19:45~20:45 ボックスエアロ講座		

**kujuuベビーマッサージ教室**

日程 毎週木曜日 10:30~11:30  
定員 10名  
対象 生後2か月~1才  
持ち物 バスタオル・フェイスタオル・赤ちゃんの飲み物  
講師 青珠協会認定 kjuuケアインストラクター 高木先生

**Baby Yogaマッサージ教室**

日程 第1・第3月曜日 10:30~11:30  
定員 15名 対象 生後2か月~1才半・プレママ  
持ち物 ヨガマット又はバスタオル・フェイスタオル  
動きやすい服装・おさんの水分補給の飲み物  
講師 内閣府認定NPOローハスク  
認定インストラクター 川村真子先生

**ピラティス&ヨガ講座**

日程 第2・第4月曜日  
①13:30~14:30 ②19:45~20:45  
定員 25名  
持ち物 動きやすい服装・タオル  
講師 後藤先生

**体型と体質改善の講座**

日程 毎週金曜日 10:30~11:30  
定員 25名 持ち物 動きやすい服装・タオル  
講師 SHOKO先生

**骨盤ストレッチ&ベリーダンスムーブメント講座**

日程 第2・第4水曜日  
①11:00~12:00 ②19:45~20:45  
定員 25名  
持ち物 動きやすい服装・タオル  
講師 骨盤ストレッチ&ベリーダンスインストラクター HIROKA先生

**ボックスエアロ講座**

日程 毎週木曜日 19:45~20:45  
定員 25名 持ち物 動きやすい服装・タオル  
講師 後藤先生

**バレトン講座~Balleton~**

日程 第2・第4木曜日 13:00~14:00  
定員 25名(予約制)  
講師 講師・Nami先生  
FTFジャパン バレトン養成講座終了  
インド政府公認 VYASAのヨガ教師養成講座終了

**ワンコイン講座** 参加費 1回 ¥500 会場 プリムローズ内  
ワンコイン講座はすべて予約制になります。

忙しくて、定期的に通うのは無理かも…という方も気軽に受講できる、プリムローズで人気のワンコイン(500円)講座。講座バリエーションもますます多彩にぜひお気軽にご参加ください。

毎月テーマにそって2回の講座を開講 / **心地よく暮らす整理収納術**

テーマ 子供のお片付け  
お子さんのお片付けは、習慣です。でも、そのやり方を知らなければ、うまくできないのは当然のことです。それは、大人も同じことです。では、みなさんは、お子さんにお片付けのやり方を教えていますか?お母さんのお片付けのコツを知って、春休みに、お子さんと一緒にお片付けしてみませんか。

日程 ③3月8日(火) 10:30~11:30  
④3月22日(火) 10:30~11:30  
※その①、その②、続けて受講される事をお勧めします。

定員 15名(予約制)  
講師 日本ファイオーカーナイズ協会 マスターファイオーカーナイズ 竹内靖子先生

今月より開講 / **NEW フラ&タヒチアンダンス講座**

ハワイアンソングに合わせて、ステップやハンドモーションをレッスンしていきます。今人気のタヒチアンダンスの基礎も行います。お子さんから大人まで楽しめる講座です。ハワイアンソングに合わせて心と体を癒し、健康的なスリムボディを目指しましょう。

日程 第2・第4金曜日 16:00~17:00  
定員 25名(予約制)  
対象 お子様(2才~)から大人まで。初心者、親子参加大歓迎!  
講師 カ・バ・フラ・ホ・アラニ・プ・メラ 認定講師 高橋奈緒子先生

ワンコイン講座のご予約は…プリムローズへ。 ☎058-252-5006

**Golfレッスン** **レッスン代無料・単発受講可能**  
インストラクターによるレッスン代、入場料は無料です。

日程 3月2日(水)・9日(水)・23日(水) 場所 インタークルーマーサ21西 環境緑地  
時間 10:30~12:00 料金 ボール代  
定員 8名 巡回指導形式

※各自プライベートカードを購入してください。※レンタルクラブあります。

Golfレッスンのご予約は…プリムローズへ。 ☎058-252-5006

初心者大歓迎

**JOB 求人情報**  
子育てママをサポート

チャイルドデイケアセンターなど、みは、キャリアプラン、子育てとの両立、再就職など「働く女性」を応援! 遊園地などの含資事業による託児施設です。勤サ・テンポラリーの契約社員、派遣スタッフになりますと1時間200円にてお預かりさせていただきます。(詳細は勤サ・テンポラリー管理室までお問い合わせください)

**【契】 保育スタッフ**

勤務地 岐阜市、瑞穂市、本巣市、羽島市  
時給 900円~1,100円  
時間 ①8:30~16:30 ②9:00~17:00 ③15:45~18:15 もしくは19:15  
待遇 交通費規定支給・社保完備  
休日 完全週休2日制(土曜日・日曜日)  
年齢不問、ブランクある方もOK! (フレッシュアップ研修制度)  
資格 保育士、幼稚園教諭免許お持ちの方

**【紹介派遣】 正看護師**

勤務地 岐阜市  
時給 1,300円~  
時間 ①9:00~16:00 ②9:00~17:00  
待遇 交通費規定支給 社保完備  
休日 完全週休2日制(土曜日・日曜日)  
資格 正看護師免許

**【紹介派遣】 ヘルパースタッフ**

勤務地 岐阜市  
時給 1,100円~  
時間 ①7:00~16:00 ②22:00~翌7:00 ③実働6時間程度出来る方  
待遇 社保完備、施設内福利厚生利用  
休日 会社カレンダー  
資格 未経験者歓迎、将来介護職を目指す方

**【契】 商品管理スタッフ**

勤務地 岐阜市  
時給 800円~  
時間 ①7:00~15:00 ②15:00~23:00  
待遇 交通費規定支給、制服支給、社保完備  
休日 日曜・土曜 (①土曜は交替制勤務) 他会社カレンダーによる  
資格 未経験者歓迎、エアコン完備での室内作業です。

**【紹介】 経理事務スタッフ及び一般事務**

勤務地 各務原市  
月給 16万円~18万円  
時間 8:00~17:00  
待遇 交通費規定支給、社保完備、社内福利厚生利用  
休日 会社カレンダー  
資格 ワード・エクセルでできる方。3月からスタートの職場です。

**お友達紹介キャンペーン実施中!**

お知り合いでお仕事お探しの方、もしくは転職をお考えの方を弊社に紹介頂き、ご紹介頂いた方が就業した場合は、ご紹介者とお仕事が決まった方双方に、**ジェアグルメ券 3,000円分**を贈呈致します。(社内規定に基づ)