



ひまわり保育園 地域子育て支援センター

4月のプログラム



子育て支援センターは、親子交流の場の提供、子育てに関する相談、情報提供を行っています。

月～土 10:00～15:00(お電話ください)

●育児講座(遊ぼう・作ろう・学ぼう)●

【ボ】…要ボランティア日

日時	活動	内容
10日(月) 10:30～12:00	ハローtime	●毎月様々なおはなしをテーマに、簡単な英語の歌や手遊びを楽しみます♪ ☆今月は『イースターパーティー』をします。各自、ゆで卵(殻付き・白)をご持参ください。講師：ラボ英語教室 白取美穂先生 定員 10組
11日(火) 10:30～12:00	ベビー&フィットネス	●赤ちゃんと一緒に親子体操をし、その後お母さんのエクササイズを行います。生後4ヶ月くらい(首のすわった頃)～1歳のお子さんがいらっしゃるお母さん、体を動かしてみませんか。 *動きやすい服装でヨガマットかバスタオルをご持参ください。 講師：中村俊子先生 定員 10組【ボ】
24日(月) 10:15～12:00	エアロビクス (西部市民センター)	●適度な運動で日頃のストレスを解消しましょう。(動きやすい服装でシューズ・バスタオル・飲み物をご持参ください)生後7か月くらいのお座りのできる子から参加できます。講師：中村俊子先生 ◇◇集合場所は3階遊戯室です◇◇ ★託児準備がありますので10:15までにお越しください。 *お子さんは遊戯室で保育士やボランティアと遊びます。 (飲み物・おむつ・着替えをご持参ください) 定員 10組【ボ】
25日(火) 10:30～12:00	おはなし会	●絵本の読み聞かせやシアターを親子で楽しんでみませんか?親子同士の交流も深められるので初めての方にもオススメです♪ 定員 10組
26日(水) 10:30～12:00	こいのぼりをつくろう	●親子でこいのぼり飾りを作ってみませんか? 汚れてもいい格好でお越しください。 定員 10組【ボ】
27日(木) 10:30～12:00	誕生会	●みんなで4月生まれのお友だちをお祝いしましょう。 お誕生日の人は10:15までにお越しください(誕生カードを作ります) 当面の間、お茶会はお休みます。 定員 10組【ボ】
7日(金) 10:30～12:00	おへやであそぼう	●今月は『ブロックあそび』です。
12日(水) 10:30～12:00		他にも様々なおもちゃを用意してお待ちしております。
28日(金) 10:30～12:00		ご都合のいい日をご予約ください。 各定員 10組

●サークル活動●

初参加大歓迎

サークル名	日時	内容	定員数
赤ちゃんサークル	13日(木) 10:30～12:00	『自由遊び&おしゃべり』 手作りおもちゃや音の鳴るおもちゃなどで遊びましょう♪ 月齢の近いお子さんを持つお母さん同士で自由に気軽におしゃべりしませんか?妊婦さんの参加も大歓迎です!	10組
スマイルまみサークル (西部市民センター3階)	14日(金) 10:30～12:00	『産後ママのためのヨガ』 ママだから我慢ではなく、ママだからこそ産後、育児中の自分と向き合い、自分の身体を知り、ヨガで正しく身体を動かす心と共に整えてみませんか?動きやすい格好でヨガマットまたはバスタオル、お飲み物を持ってお越しください。 *お子さんは同じ場所で保育士・ボランティアと遊びます。 講師：ヨガサークル CONTROL 伊藤愛さん 参加費:500円	10組 【ボ】

★予約・キャンセルは前日までにご連絡ください。★駐車場が園裏にありますのでご利用ください。

.....育児相談.....

電話相談:月～土曜日 9:30～17:00

訪問相談:お電話いただければご都合のいい日に伺います。

手紙相談:随時受け付けております。

来所相談:毎週金曜(電話で予約ください)

TEL017-783-5105/〒038-0032 青森市里見 1-5-25

各講座の予約受付開始は、3月27日(月)10:00～

