



ひまわり保育園 地域子育て支援センター

# 7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)** ● ※活動時間は1時間程です。 【ボ】…要ボランティア日

日時	活動	内容
3日(月) 10:30~12:00	<b>ハローtime</b>	●毎月様々なおはなしをテーマに、歌や手遊びを楽しみます♪親子で簡単な英語に触れてみませんか? ☆今月は『ガンピーさんの心なあそび』です。 講師:ラボ英語教室 白取美穂先生 <b>定員 10組</b>
5日(水) 10:30~12:00	<b>おはなし会</b>	●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♪ <b>定員 10組</b>
10日(月) 10:30~12:00	<b>おへやであそぼう -赤ちゃん対象-</b>	●まだお外で遊べない赤ちゃんが集まって様々なおもちゃで遊びます♪ 月齢の近い子を持つお母さん同士、おしゃべりしながら交流を深めましょう。 ※1歳半前後くらいのお子さんが対象です。 <b>定員 10組</b>
11日(火) 10:30~12:00	<b>エアロビクス<sup>®</sup> (西部市民センター)</b>	●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か月ぐ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◇◇ ★既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) <b>定員 10組【ボ】</b>
12日(水) 10:30~12:00	<b>公園に行こう</b>	●みんなで公園に行って遊びましょう♪今月は『わくわく広場』に行きます。 現地集合・解散となります。飲み物・着替え等ご持参ください。 <b>定員 10組</b>
24日(月) 10:30~12:00	<b>ベビー&amp; フィットネス</b>	●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 <b>定員 10組【ボ】</b>
27日(木) 10:30~12:00	<b>誕生会</b>	●みんなで7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。 <b>定員 10組【ボ】</b>
14日(金) 10:30~12:00	<b>園庭であそぼう</b>	●今月は砂遊び・泥遊びです。他にも色々な遊びを用意しています。 ご都合のいい日をご予約ください。雨天の場合は室内遊びになります。 ※動きやすく汚れてもいい格好でお越しください。
21日(金) 10:30~12:00		帽子・着替え・サンダル・飲み物をご持参ください。 <b>各定員 10組</b>

●**サークル活動** ● ※活動実施時間は1時間程です。 **\*\*初参加大歓迎\*\***

サークル名	日時	内容	定員数
<b>スマイルまき サークル<sup>®</sup> (西部市民センター)</b>	<b>6日(木)</b> 10:30~12:00	『お肌に優しい虫除けスプレー作り』 <b>参加費:800円</b> 夏のお外遊びに必須アイテム虫除けスプレー。ティートや合成香料を使わず、5種類のオーガニック精油だけを使って、ベビーもキッズも家族みんなで使えるお肌に優しい虫除けスプレーを作ります。*ティート…12歳未満の子供達には、使用するときには決まりがあるティート。日本で市販されている虫除けにはまだ使用されているものもあります。 ★既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) 講師:ベビーマッサージインストラクター 澤野真希さん	<b>10組 【ボ】</b>
<b>赤ちゃん サークル (西部市民センター)</b>	<b>18日(火)</b> 10:30~12:00	『ベビーマッサージ教室』 <b>参加費:500円</b> 赤ちゃんとお母さんの絆を深めるベビーマッサージ。赤ちゃんの免疫力がUPする効果もあるんです。オーガニック植物オイルを使うので赤ちゃんのスキンケアもできますよ♪ ※バスタオル・水分補給できる物(授乳可)をご持参ください。 ※首がすわった後~1歳までのお子さん対象です。 講師:ベビーマッサージインストラクター 澤野真希さん	<b>10組</b>
<b>赤ちゃん サークル (西部市民センター)</b>	<b>25日(火)</b> 10:30~12:00	『ハワイアンリトミック』 <b>参加費:500円</b> ウクレレやピアノに合わせてリズム遊び、ふれあい遊び、工作、パネルシアターも!ハワイアンなお衣装をご用意しています。 持ち物:水分補給できるもの・動きやすい服装 講師:ハワイアンリトミックインストラクター 杉嶋 真希さん	<b>10組</b>

★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 手紙相談:随時受け付けております。

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。

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、6月26日(月)10:00~

