



ひまわり保育園 地域子育て支援センター

10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
2日(月) 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当支援センターが初めての方にもオススメです♪ 定員10組
3日(火) 10:30～12:00	公園に行こう	●みんなで公園に行って遊びましょう♪今月は『野木和公園』に行きます。現地集合・解散となります。*雨天時は室内遊びになります。 定員10組
10日(火) 10:30～12:00	エアロビクス託 (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か月ぐらいのお座りのできる子から参加できます。◇◇集合場所は3階遊戯室です◇◇ ☆講師:中村俊子先生 *託児準備がありますので10:15頃までにお越しください。 (飲み物・おむつ・着替えをご持参ください) 定員10組【ボ】
13日(金) 10:30～12:00	運動会ごっこ	●園庭で運動会ごっこをします。親子で体を動かしましょう♪ 雨天時は室内で行います。 定員10組【ボ】
17日(火) 10:30～12:00	おへやであそぼう -赤ちゃん対象-	●まだ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歳半くらいまでのお子さんが対象です。 定員10組
19日(木) 10:30～12:00	おもちゃであそぼう	●親子で手遊びのあと、たくさんのグッド・トイに触れて遊びます。 案内人は、おもちゃコンサルタントマスターの鶴岡真理子さんです。 定員10組
24日(火) 10:30～12:00	ハロ- time	●毎月様々なおはなしをテーマに、英語の歌や手遊びを楽しみます♪ 今月は『ハロウィン』です。 ☆講師:ラボ英語教室 白取美穂先生 定員10組
30日(月) 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】
31日(火) 10:30～12:00	誕生会	●みんなで10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頃までにお越しください(誕生カードを作ります)。 定員10組【ボ】
6日(金) 10:30～12:00	園庭であそぼう	●今月は『すな遊び』です。他にも色々な遊びを用意しています。
27日(金) 10:30～12:00		雨天の場合は室内遊びになります。 *帽子・着替え・飲み物をお持ちください。 各定員10組

●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
赤ちゃん サークル	5日(木) 10:30～12:00	『ハロウィンアート撮影会』 参加費:100円 ハロウィンに向けて仮装して手作りセットを背景に写真を撮ってみませんか?スマホでの撮影もOKです♪衣装がある方はご持参ください。	10組
スマイルまき サークル託 (西部市民センター)	12日(木) 10:30～12:00	『リラックスヨガ』 参加費:500円 ●呼吸を意識しながら、簡単なヨガで自分の心と体を見つめる時間を過ごしましょう♪持ち物:ヨガマット(バスタオル)・動きやすい服装・飲み物 ☆講師:ミチヨリヨガ 根城 三千世さん *託児準備がありますので10:15頃までにお越しください。 (飲み物・おむつ・着替えをご持参ください) ◇◇集合場所は3階遊戯室です◇◇	10組 【ボ】

★予約は前日まで、キャンセルは当日朝9:30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。

託…別室託児(保育士やボランティアと遊びます)

……………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、9月25日(月)10:00～

