



ひまわり保育園 地域子育て支援センター

# 12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。 【ポ】…要ボランティア日

日時	活動	内容
1日(金) 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。 <b>定員 10組</b>
4日(月) 10:30～12:00	おはなし会 &クリスマス会	●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？ ☆今月はクリスマス会も兼ねておりますのでクリスマス衣装がある方はご持参ください♪ <b>定員 10組</b>
5日(火) 10:30～12:00	クリスマス飾りをつくろう	●親子でクリスマス飾りを作りませんか？ 汚れてもいい格好でお越しください。 <b>定員 10組</b>
12日(火) 10:30～12:00	エアロビクス <sup>ポ</sup> (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。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) <b>定員 10組【ポ】</b>
14日(木) 10:30～12:00	誕生会	●みんなで12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) <b>定員 10組【ポ】</b>
18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【ポ】</b>
20日(水) 10:30～12:00	おへやであそぼう -赤ちゃん対象-	●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。 <b>定員 10組</b>
22日(金) 10:30～12:00	おへやであそぼう	毎月、テーマに沿った色々な遊びを提供します♪
26日(火) 10:30～12:00		●今月はブロック遊びです。他にも色々なおもちゃを用意しています。 ご都合のいい日をご予約ください。 <b>各定員 10組</b>

※ハローtimeはしばらくの間お休みします。

●サークル活動● ※活動時間は1時間程です。

♪♪初参加大歓迎♪♪

サークル名	日時	内容	定員数
スマイルまま サークル <sup>託</sup> (西部市民センター)	7日(木) 10:15～12:00	『アロマドライヘッドスパ』 <b>参加費：1000円</b> ●お好きなアロマを選んでママの頭を軽やかにするアロマドライヘッドスパタイム♡お1人15分ベッドに横になって贅沢時間を過ごせます。 待ち時間はママさんたちとのトークタイム。オレンジ、ベルガモット、ラベンダーからお選びいただき毎日頑張っている身体を癒しましょう！ 持ち物:フェイスタオル ※スタイリング剤は付けずにお越しください。 講師：訪問美容室 HELLO!! 高橋めぐみさん ◇◇集合場所は3階遊戯室です◇◇ ☆託児準備がありますので10:00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)	6組 【ポ】
赤ちゃん サークル (ひまわり保育園)	8日(金) 10:30～12:00	『クリスマス会』 <b>参加費：500円</b> ●ハイハイレースやゲームなどをしてクリスマスを皆で楽しみましょう。 サンタさんも来るよ♪ クリスマス衣装がある方はご持参ください。	7組 【ポ】

★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、 11月24日(金)10:00～

