



ひまわり保育園 地域子育て支援センター

1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 10:00～15:30(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
10日(水) 10:30～12:00	お正月遊びを しよう	●お正月ならではの遊びを親子でしてみませんか？ うすときねでお餅つきもします♪ 定員 10組
12日(金) 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
22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 定員 10組【ボ】
24日(水) 10:30～12:00	鬼のお面を つくろう	●親子で節分に向けて鬼のお面を作りましょう。 汚れてもさしつかえない格好でお越しください。 定員 10組
25日(木) 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。 定員 10組
29日(月) 10:30～12:00	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・おもつ・着替えをご持参ください) 定員 10組【ボ】
31日(水) 10:30～12:00	誕生会	●みんなで1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) 定員 10組【ボ】
17日(水) 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♪
30日(火) 10:30～12:00		●今月は ママごと遊び 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。 各定員 10組

※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
赤ちゃん サークル (ひまわり保育園)	19日(金) 10:30～12:00	『親子で歌って音遊び』 参加費：500円 ●リズムに合わせて歌ったり体を動かしたり、簡単な楽器を使った活動、大型絵本の読み聞かせなどを行います。 講師：小山由紀子(おやま音楽教室主宰) 小笠原ひかる(ココネットあもり所属)	10組
スマイルま まサークル	☆今月はお休みします。		

★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、 12月22日(金)10:00～

