



ひまわり保育園 地域子育て支援センター

2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(木) 10:30~12:00	おはなし会& 節分のつどい	●今月は『節分』にちなんだ絵本や紙芝居の読み聞かせをします。 みんなで豆まきをして鬼をやっつけましょう♪ 定員10組
6日(火) 10:00~12:00	ママの  リフレッシュタイム	●子育ての不安や愚痴を聞いて話してスッキリ! ☆ファシリテーター・子育て応援隊ココネットあおもり 代表理事 沼田久美さん *託児準備がありますので9:45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8組【ポ】
9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鶴岡真理子さんです。 定員10組
13日(火) 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) 定員10組【ポ】
15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
19日(月) 10:30~12:00	遊びのパーティー	●今回のテーマは“こんな時どうする?『ただこね』”です。 親子で一緒に参加になります。 講師:青森抱っこ会 松林恵久子さん・鳴海明敏さん 定員10組
20日(火) 10:30~12:00	おひなさまを つくろう	●親子でおひなさまを作りましょう。 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
26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【ポ】
29日(木) 10:30~12:00	誕生会	●みんなで2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【ポ】
16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♪
27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。 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)	8日(木) 10:30~12:00	『おもちゃ作り』 ●ミルク缶を使って手作りおもちゃを作ります♪ お母さん同士会話を楽しみながら作ってみませんか? *作ったおもちゃを持って帰る袋などをご持参ください。	10組
スマイルまま サークル  (西部市民センター)	28日(水) 10:30~12:00	『ヨガ』 参加費:500円 ●ヨガで心も体もリフレッシュしませんか?動きやすい服装でヨガマットかバスタオル、飲み物をご持参ください。 講師:ヨガインストラクター 伊藤愛さん ★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)	10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、 1月24日(水) 10:00～

