



ひまわり保育園 地域子育て支援センター 5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)●

※開始時間が変更になりました。

【ボ】…要ボランティア日

日時	活動	内容
9日(月) 10:15～12:00	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【ボ】
10日(火) 10:30～12:00	ハローtime	●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『はらぺこあおむし』です。 講師：ラボ英語教室 白取美穂先生 定員10組
12日(木) 10:30～12:00	おしゃべり会	●子どものことや自分のことを語り合ってみませんか。 おしゃべりでリフレッシュしましょう。当面の間、お茶会はお休みします。 *お子さんは同室で保育士やボランティアと遊びます。 定員10組【ボ】
13日(金) 10:30～12:00	遊びのパーティー	●遊びを中心に‘大好き’を伝えよう♪親子一緒での参加になります。 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
17日(火) 10:30～12:00	ママのリフレッシュタイム	●子育て応援隊ココネットあおもり代表 沼田久美さんをお招きします。 思いを聞いてもらってスッキリ!しませんか。 ★託児準備がありますので9:45までにお越しください。*お子さんは別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6組【ボ】
18日(水) 10:30～12:00	公園であそぼう (野木和公園)	●みんなで公園に出かけてみませんか?今月は『野木和公園』に出かけます♪ 現地集合・解散となります。詳しい場所などは保育士まで。 定員10組
23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】
30日(月) 10:30～12:00	誕生会	●みんなで5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10:10までにお越しください(誕生カードを作ります) 当面の間、お茶会はお休みします。 定員10組【ボ】
11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♪
20日(金) 10:30～12:00		●今月は『ポールプール』です。体を動かして遊びましょう! 他にも色々なおもちゃを用意しています。
27日(金) 10:30～12:00		ご都合のいい日をご予約ください。 各定員10組

★エアロビクスとベビー&フィットネスはどちらか1つにご参加ください。

●サークル活動●※開始時間が変更になりました。

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	6日(金) 10:30～12:00	『手作りおもちゃを作ろう』 身近にあるものを使って赤ちゃんが遊べる簡単なおもちゃを作ります。 汚れても差し支えない服装でお越し下さい。	定員10組
スマイルまますまみサークル (西部市民センター)	24日(火) 10:15～12:00	『手作り石けん作り』 <u>参加費:650円</u> お肌にも環境にも優しい本格的な手作り石けんを作ります。 色や香りもお選びいただけます。 講師：Milk Plant 高橋美紀さん ◇◇集合場所は3階遊戯室です◇◇ ★託児準備がありますので10:15までにお越しください。*お子さんは別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 【ボ】

★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、4月21日(木)10:00～

