



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

～本年もよろしくお祈りします～



●育児講座（遊ぼう・作ろう・学ぼう）と交流保育●

☆ぜひご予約ください☆

【ボ】…要ボランティア日

日時	活動	内容
8日(火) 10:00~12:00	お正月遊びをしよう (もちつき会)	●お正月ならではの遊びを親子で楽しんでみませんか。もちつき会も行いますので、ある方はエプロン・三角巾をご持参ください。 定員 15組
15日(火) 9:45~11:30	講習会 -沼田久美さん-	●コミュニケーションとは？伝えるとは？聞くとは？子どもと離れて私らしい子育てをみんなで話して聞いてみませんか？ 講師：NPO法人 子育て応援隊 ココネット あおもり 代表 沼田久美さん ☆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・ボランティアと遊びます。 (お子さんの飲み物・おむつ・着替えをご持参ください) 定員 15組【ボ】
16日(水) 10:00~11:30	おしゃべり会	●お茶を飲みながら、子どものことや自分のことを語りあってみませんか。おしゃべりでリフレッシュしましょう。 定員 15組【ボ】
21日(月) 9:45~11:30	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、飲み物をご持参下さい) 生後7ヶ月くらいのお座り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階の遊戯室です◇◇ ☆託児準備がありますので9：45までにお越しください。 *お子さんは遊戯室で保育士・ボランティアと遊びます。 (お子さんの飲み物・おむつ・着替えをご持参ください) 定員 12組【ボ】
22日(火) 10:00~11:30	鬼のお面を作ろう (0・1歳)	●鬼のお面製作を親子で楽しんでみませんか♪ お子さんの月齢に合わせてどちらか一つにご参加ください。 汚れてもいい格好でお越しください。 各定員 15組【ボ】
24日(木) 10:00~11:30	鬼のお面を作ろう (2歳以上)	
29日(火) 10:00~11:30	ベビー& フィットネス	●赤ちゃんと一緒に親子体操をし、その後にお母さんのエクササイズを行います。生後4ヶ月くらい(首の据わった頃)～1歳のお子さんのいらっしゃるお母さん、体を動かしてみませんか。 (動きやすい服装でバスタオルをご持参下さい) 講師：中村俊子先生 定員 15組【ボ】
31日(木) 10:00~11:30	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9:45までにお越し下さい。(誕生カードを作ります) 定員 15組【ボ】

\*エアロビクスとベビー&フィットネスは、お子さんの月齢に合わせてどちらか1つにご参加下さい。

●サークル活動●

\*\*\*初参加大歓迎!\*\*\*

サークル名	日時	内容	※要予約
赤ちゃん サークル	23日(水) 10:00~12:00	『ベビースキンケア&ママのハンドマッサージ』 参加費:500円 この時期気になる赤ちゃんのお肌について学んでみませんか？ ママのためのハンドマッサージもあります♪ 講師:ベビースキンケア教室 えくぼ・石山里枝さん	定員 15組
サークル ぞうさんバルーン -1歳4ヶ月前後~対象-	25日(金) 10:00~12:00	『園庭で雪あそび』 外で雪遊びをしましょう。親子とも、スノーウェア着用か、暖かい格好でお越しください。 ※天候により室内で『トリュフ作り(参加費:300円)』になることもあります。変更がある場合は事前にご連絡します。	定員 15組
ハローサークル	28日(月) 10:30~12:00	『ももたろうのおはなし』 おはなしをテーマに英語の歌や手遊びを楽しみます。 講師:ラボ子ども英語教室・白取美穂さん 参加費:200円	定員 15組
スマイルま まサークル	☆今月はお休みします。来月2回行う予定です。		

●おへやであそぼう! (10:00~11:30) …11日(金)、18日(金)、30日(水) ※予約不要

- \*予約・キャンセルは前日までにご連絡ください。
- \*駐車場が保育園裏にありますのでご利用ください。
- \*1/1~1/3は年始休みです。

…………… 育児相談 ……………

電話相談・月～土曜日 9:30～17:00

訪問相談・電話をいただければ都合のいい日に伺います

手紙相談・随時受け付けております

来所相談・毎週金曜日(電話で予約を)

TEL 017-783-5105 〒038-0032 青森市里見1丁目5-25

各講座の予約受付開始日は、12月20日(木)AM9:00～

