



7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、子育て相談、子育てに関する情報提供、親子講座（下記日程）を行っています。
○開設時間：月～土（祝日・年末年始を除く）10:00～15:00 お問い合わせ

●育児講座(遊ぼう・作ろう・学ぼう)●

※活動時間は1時間位です。【ポ】…要ボランティア日

日時	活動	内容
3日(木) 10:30～12:00	おはなし会	●今月は『たなばた』にちなんだ絵本の読み聞かせをします♪？親子同士の交流も深められるので初めての方にもオススメです。 <u>定員10組</u>
8日(火) 10:15～12:00	エアロビクス託 (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) <u>定員10組【ポ】</u>
9日(水) 10:30～12:00	公園にいこう	●みんなで公園に行って遊びましょう♪今月は『野木和公園』に行きます。現地集合・解散となります。飲み物・着替え等ご持参ください。 <u>定員10組</u>
15日(火) 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♪よちよちさんも大歓迎！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。 <u>定員10組</u>
18日(金) 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『ガンピーさんのふなあそび』です。 講師：ラボ英語教室 白取美穂先生 <u>定員10組</u>
28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 <u>定員10組【ポ】</u>
30日(水) 10:30～12:00	誕生会	●みんなで7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) <u>定員10組【ポ】</u>
4日(金) 10:30～12:00	園庭で あそぼう	毎月、テーマに沿った色々な遊びを提供します♪ <u>各定員10組</u>
17日(木) 10:30～12:00		●今月は泥遊び・砂遊びです。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。
23日(水) 10:30～12:00		※着替え・サンダル・帽子・飲み物等をご持参ください。
		雨天の場合は室内遊びになります。

●サークル活動●

※活動時間は1時間位です。

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	11日(金) 10:30～12:00 (ひまわり保育園)	『親子で歌って音遊び』 参加費：700円(子ども2人で1000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：小山由紀子さん(おやま音楽教室主宰) 小笠原ひかるさん(ココネットあおもり会員)	10組
スマイルま サークル	14日(月)託 10:30～12:00 (西部市民センター)	『ブルベ?イエベ?パーソナルカラー診断』 参加費：1000円 ●自分を知ることにより魅力的な自分へ♪ 簡単5分診断(実際に布をあてて、ブルベベースかイエベベースかを診断します) ※ノーメイクまたはナチュラルメイクでお越しください。 講師：Amaranth 三上莉紗さん ◇◇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 (飲み物・おむつ・着替えをご持参ください)	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 10:00～15:00

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、6月23日(月)10:00～