



平成 26 年 7 月号 認定こども園ひかり子育て支援センター

子育てだより「キラ☆キラ」

開所時間 AM9:00~PM3:00 (土日祝日を除く)

TEL・FAX 70-7501

7月の予定 時間 10:00~11:30

7月4日(金) **新講座!!**
ヨガ 定員/8名 (親のみの参加も可)
 講師/榊原志保氏 (全米ヨガアライアンス 200 時間修了)
 持ち物/フェイスタオル
 ☆初心者向けのヨガです。深い呼吸をしながらポーズを行い、体の歪みや不調を改善して、リラックス & リフレッシュしましょう。
 ※服装は動きやすい服装(ジーパン不可)、はだし(5本指のくつ下は可)で受講してください。
 ※保険料として 125 円程度徴収させていただきます。

7月7日(月)・9日(水)・11日(金)・14日(月)
うちわを作らしよう 定員/15名
 7日(月)対象/1歳6か月未満 10:30~11:30
 ☆園行事のため 10:30 スタートとさせていただきます。
 9日(水)・11日(金)・14日(月)
 対象/1歳6か月以上 10:00~11:30
 ☆ご兄弟で参加を希望される方は、支援センター職員にお問い合わせください。

7月16日(水)
ママと一緒にベビー体操 定員/15名
 講師/目黒妙子氏 (日本 3B体操協会公認指導士)
 対象/4か月~1歳までの親子
 持ち物/バスタオル
 ☆ベビーマッサージやリズム体操、育児の話など楽しいひと時を過ごします。**動きやすい服装**でお越しください。
 ※保険料として親子一組につき 30 円徴収させていただきます。

7月8(火)・15日(火)
初めてのリトミック
 講師/榊原昭子氏 (全日本リトミック音楽教育研究・ダルクローズ音楽教育学会員)
 対象/1歳6か月以上 定員/各15名
 ☆2講座制(入れ替え制)とさせていただきます。
 ☆下のお子様を連れて参加される方は、予約時にお伝え下さい。
 ①10:00~10:40 ②10:45~11:25
 ※保険料として一人につき 9 円徴収させていただきます。(親子で 18 円になります。)

7月10日(木) **好評につき再開!**
トールペイントしませんか 定員/10名
 講師/迫村寿子氏
 (公益財団法人日本手芸普及協会認定講師)
 ☆コルクボード(40cm×27cm)にひよこの絵を描きます。実物をご覧になりたい方は支援センターにお越しください。初心者大歓迎です。
 ※材料費として 300 円程度徴収させていただきます。
 ※汚れてもいい服装でお越しください。お子さまも体験したい場合は、汚れてもいい服装でお越しください。

7月17日(木)
お誕生日会 定員/20名
 対象/6月・7月生まれのお子様
 ☆お子様の手形をとって誕生日カードを作ります。みんなでお誕生日をお祝いしましょう。
 ☆園行事のため駐車場はこども園の駐車場をお使いください。

裏面にも講座があります。

7月28日(月)
美容バレエ 定員/10名 (親のみの参加も可)
 講師/村上恵子氏
 ☆クラシックバレエの基本をもとに、ストレッチをして優雅な動きの中で美しい姿勢を身につけます。初心者大歓迎です。
 ※服装はスタッフにお問い合わせください。

※10時に活動を開始しますので、余裕を持ってお越し下さい。
 ※水分補給ができるお茶などお持ちください。
おやつ・おもちゃは、ご遠慮ください。
 ※当日の状況や天候によりやむを得ず内容を変更することがあります。ご了承ください。

- 各行事予約制とさせていただきます。
- 7月1日(火)10時より支援センターで予約を受け付けます。(9時50分までにお越しの方から順番を決め、受付させていただきます。7月2日以降は開所時間内(月~金 AM9:00~PM3:00)の受け付けとなります。
- 予約受付開始日は、電話がつながりにくくなります。ご了承ください。

子育て相談のお知らせ

育児上の悩みや、不安、疑問、困ったことなど、お気軽に、ご相談ください。
 電話でも来所でも受け付けします。
 支援センターで、お子さんを遊ばせながらおしゃべりをして、リフレッシュしていただければと思います。

開所時間 AM9:00~PM3:00

子育てメモ



材料

- ★粉かんでん...2g (水で溶かすタイプもあります。)
- ★お湯...150ml
- ★100%果汁ジュース...150ml(ジュースを水にして、砂糖 10g でもいいです。フルーツの色がカラフルに見えてきれいですよ。)
- ★砂糖...20 グラム
- ★お好みのフルーツ缶詰
- ★ジッパー付の小袋(W98 mm×H138 mm程度)を 6 枚程度

作り方

- ① 粉かんでんをお湯で溶かす。(泡だて器でカシャカシャ混ぜながら溶かす。)
- ② 砂糖を加える。
- ③ 常温のジュースを加える。
- ④ ジッパー付袋にお好みのフルーツを入れておき、③を加える。ジッパーをしっかり閉じる。
- ⑤ 氷のはった容器に④を入れて固める。10 分程度で固まります。

**夏です！園で大人気の手作りゼリーを
 お子さまと作ってみませんか！**

園の栄養士津村の親子で楽しめるレシピです。

