平成 26年 11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

11月の予定　時間　10:00～11:30

11月11日・25日（火）

初めてのリトミック　　定員/各 15 名

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

☆2講座制（入れ替え制）とさせて頂きます。

①10:00～10:40　　②10:45～11:25

☆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。

※保険料として一人 9 円徴収させていただきます。（親子で18円になります。）

11 月 10 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　持ち物/汗拭きタオル、飲み物

☆クラシックバレエの基本をもとに、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。

※服装の上はＴシャツかトレーナー、下はジャージ、スパッツなど（ジーパン不可）、綿の靴下をご着用ください。

11月 26 日（水）

お誕生日会　　定員/20 名

対象/10月・11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。

11月17日（月）・21日（金）・28日（金）

クリスマスの飾りを作りましょう　　定員/各15名

17日（月）　対象/1 歳 6 か月未満

21日（金）・28日（金）　対象/1歳 6 か月以上

11 月 7 日（金）

ヨガ　　定員/10 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・ヨガマット（持っているひと）

☆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く予定です。

※ヨガマットのある方はお持ちください。ない方は、予約の時にお知らせください。

11月 19日（水）

ママと一緒にベビー体操　定員/12 名

講師/目黒妙子氏　（日本3B体操協会公認指導士）

対象/5 か月～今月 1 歳になる子

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。

※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。

※水分補給ができるよう、お茶などお持ち下さい。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。

○11月4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、受け付けさせていただきます。

○11月5日以降は開所時間内（月～金9:00～3:00）の受付となります。

○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

秋のお散歩

空が青く澄み渡り、爽やかな季節になりました。秋のお散歩は、お子様にとって、自然と触れ合うチャンスです。室内では感じる事の出来ない、いろいろな刺激を受ける事ができます。特別な場所に行く必要はありません。家の周りや近所の公園など、時間が少しあるときに、親子でのんびりと秋をみつけるお散歩してみてはいかがですか？

0 歳のお友だち

お父さんやお母さんに抱っこしてもらって、公園の遊具にタッチしてみたり、ペットボトルにどんぐりを入れて振ってみたりすると、とても喜びます。

1 歳のお友だち

少しずつ歩くことが出来るようになってきて、いろいろなものをさわりたがるようになります。葉っぱや石ころなど、口に入れないように見守りながら、お子様の興味や関心を広げてあげましょう。

2 歳以上のお友だち

季節の生き物や、お天気などにも興味が出てくる時期です。お子さまが見つけたものを一緒に観察してみたり、触ってみたりして、遊びを通して、好奇心を刺激させる体験をさせてあげたいですね。