

平成 27年2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



## 2月の予定 時間 10:00~11:30(各講座予約制)

2月4日(水)・10日(火)・

初めての!トミック 定員/各 15 名

講師/榊原昭子氏 (全日本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)とさせていただきます。

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。)

2月9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。

2月16日(月)・20日(金)・23日(月)

おひなさまを作りましょう 定員/各15名

16日(月) 対象/1歳 6 か月未満

20日(金)・23日(月) 対象/1歳 6 か月以上

※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。

2月13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きます。

※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。

2月18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。

2月5日(木)

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)

☆レターラックに絵を描きます。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

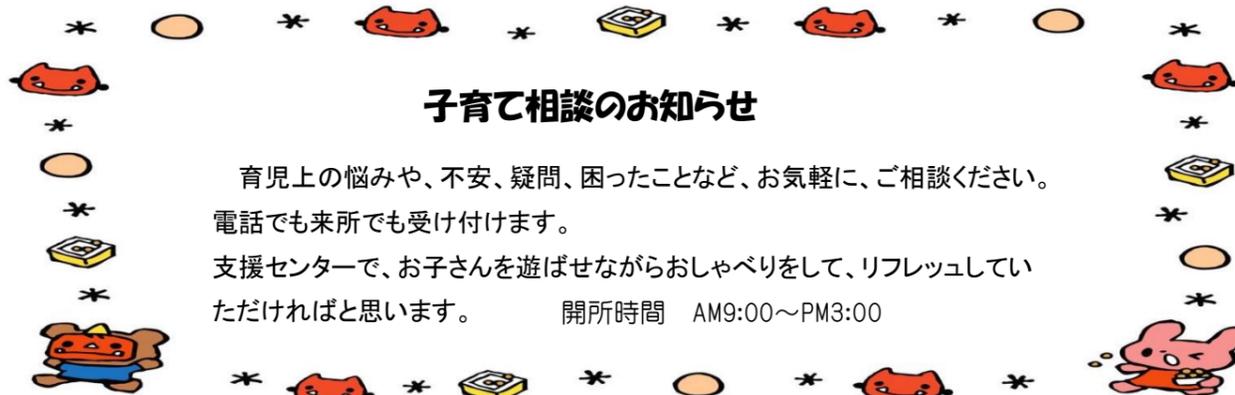
※材料費として 300 円徴収させていただきます。

○各行事予約制とさせていただきます。

○2月2日(月)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。)

○2月3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

### 兄弟姉妹の育てかた



#### 下の子がうまれたら?

上の子の甘えたい気持ちを大事にしてあげましょう。時には、お父さん、お母さんと協力して、上の子とお母さんの2人だけの時間をつくってみるのもよいかもしれませんね。

#### けんかをしたら?

兄弟げんかは、子ども達のコミュニケーションの力が不十分なためにおこることが多いようです。

2人のやり取りを丁寧に手伝ってあげて、お互いの気持ちが落ちついてくるのを待ちましょう。

お兄ちゃんだから...とってがまんさせたり、親が「〇が悪い」といってしまったりするのではなく、それぞれの良いところを見つけて認めてあげるとよいですね。

#### 兄弟姉妹で仲良くしてほしいな...と思ったら

「あさえとちいさいもうと」 筒井頼子 作 林明子 絵

「ぶーちゃんとおにいちゃん」 嶋田ゆか 作・絵

「アンジェリーナおねえさんになる」 キャサリン・ホラバード 文  
ヘレン・フレイグ 絵 おかだよしえ 訳

などの絵本を一緒によんであげるとお互いの気持ちが理解しやすいかもしれません。

