



開所日：月曜日から金曜日(ただし、祝日はお休み)

開所時間：AM9:00～PM3:00

10月の予定 時間 10:00～11:30

はじめのいっしょ

ベビーリトミック

♪ 10月27日(木) ♪

講師/ 榊原 昭子氏 定員/8名

対象/ 6ヶ月～1歳5ヶ月

時間/ 10:30～11:15

★ママのおひざにすわって一緒に音あそびを楽しんでみませんか。

「♪子どもと音楽とのかかわり♪」

についてのお話もあります。

※保険料として1人9円徴収させていただきます。(親子二人で18円です。)

※ご兄弟の付き添いについては職員にご相談下さい。

10月11日(火)・25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。)

10月21日(金)

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。

※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。

10月17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。

10月19日(水)

ママと一緒にベビーマッサージ 定員/12名

講師/堀部和歌子氏 (日本3B体操協会公認指導士)

対象/5か月～今年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1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。

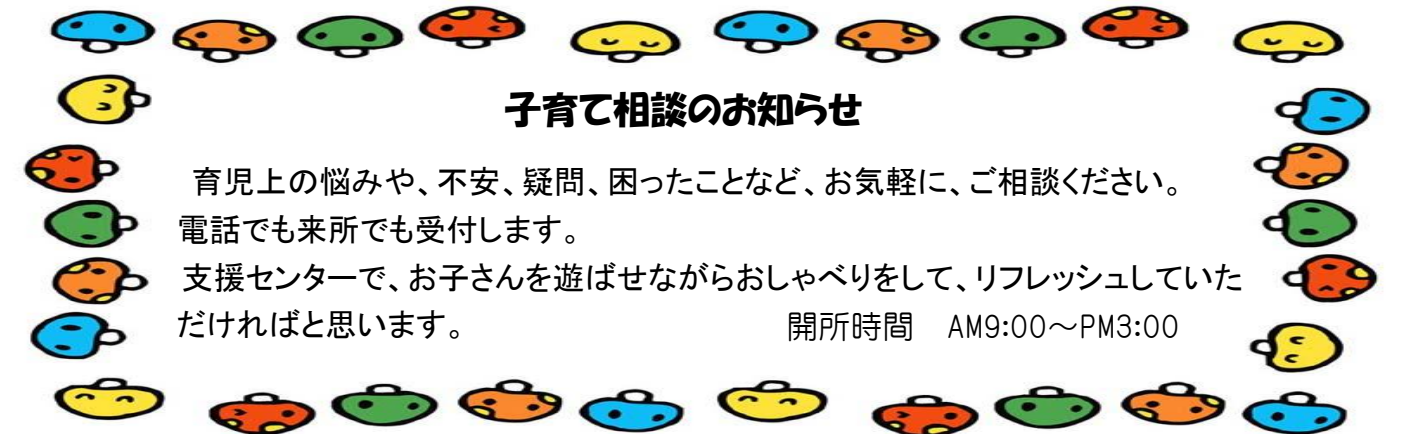
※当日の状況や天候によりやむを得ず内容を変更することがあります。ご了承ください。

○各行事予約制とさせていただきます。

○10月3日(月)10時より支援センターで予約を受付します。(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。)

○10月4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付します。

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

絵本の読み聞かせについて

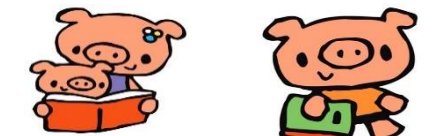
ママたちの読み聞かせはお子さんにとって想像力や言語能力を高め、感情豊かになる大切なことです。また、親子のコミュニケーションにもなります。ぜひ、読んであげてくださいね。

Q. どのくらい絵本を読んであげたらいいの？

A. 1日何冊と決めず、子どもが読んで欲しがったら短時間でもよいので、できるだけ回数を多く読んであげましょう。また、絵本はいつもお子さんの手の届くところに置いておいて自分で選んだり、取り出したりできるようにしましょう。

Q. どんな絵本を選んだらいいの？

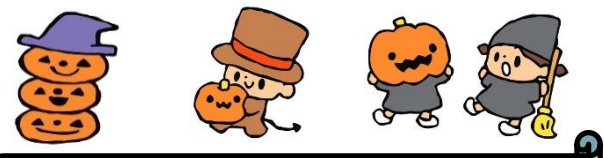
A. 選ぶのに困ったら、長年にわたり出版され続けている絵本や各地公共図書館から出されている絵本などがよいでしょう。(印がついている図書館もあります)



参考文献「絵本の読み聞かせ効果4つ/パピママ

10月12日(水)・24日(月)・28日(金)
 ハロウィンを楽しもう 定員/各15名
 12日(水)トコトコひろば (1～2歳の誕生日まで)
 28日(金)グングンひろば (2～3歳入園前まで)
 ママとあそぼう 定員/15名
 24日(月)ハイハイひろば (0～1歳の誕生日まで)

☆ご兄弟で参加を希望される方は職員にお伝えください。



★裏面に「ママと一緒にベビーマッサージ」記載してあります。