



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

12月の予定 時間 10:00~11:30

12月10日(火)・24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。)



12月16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)、綿の靴下をご用意ください。

12月13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 時間終了)

持ち物/フェイスタオル、ヨガマット

☆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。



12月18日(水)

ママと一緒にベビー体操 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。

※保険料として一人 24 円徴収させていただきます。(親子で48円になります。)



12月9日(月)・11日(水)・12日(木)・17日(火)

お正月の飾りを作しましょう

17日(火)グングンひろば 定員/12名
(2~3歳のお誕生日まで)

9日(月)グングンひろば 定員/12名
(3歳のお誕生日~入園前まで)

12日(木)トコトコひろば 定員/15名
(1~2歳の誕生日まで)

ママとあそぼう 定員/15名

11日(水)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。



12月27日(金)~1月7日(火)
環境整備、年末年始のため
お休みします。
来年は**1月8日(火)**からです。

※裏面にトールペイント講座を記載しています。

12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師)

☆今回は『お正月飾りのプレート』をペイントします。

※見本は受付にあります。材料費として300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。

※講座中は自由あそびをご遠慮いただいております。

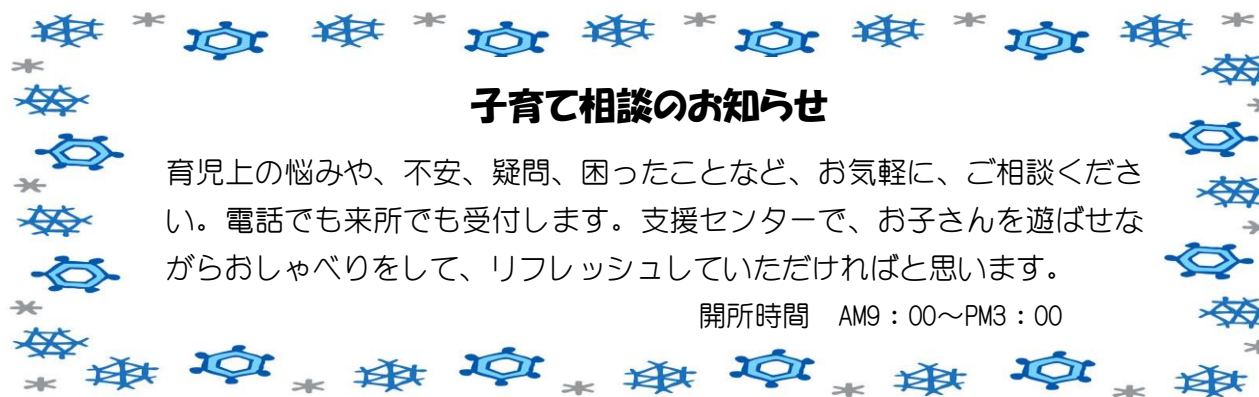
○各行事予約制とさせていただきます(電話予約可)

○**12月2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は順番を決め、受付させていただきます。)

○12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、電話が繋がりにくくなります。ご了承ください。

○講座等キャンセルされる方は必ずご連絡ください。



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

よくある質問 Q&A

Q.とても臆病でママのそばを離れませんがどうしたら?

A.ママから離れられないお子さんは、まだ自分の周囲に十分な「安全空間」を作ることができていないようです。離れていてもママがみている、見守られていると分かること安心して離られるでしょう。親と離れることを怖がる時は、「早く離れて!」なんて思わずに、この空間がしっかり出来上がるまで、一緒にいてあげてくださいね。



Q.悪いことばを覚えて使いたがりますが...

A.乱暴なことばや、人を傷つけるようなことばはインパクトがあるため、小さい子にも覚えやすいものです。やめさせるのは難しいのですが、大人のほうがむきになっても逆効果なので、まずは「ママは(パパは)そのことばすきじゃないな。やめてほしいな。」と気持ちを伝えてみましょう。例えば、悲しそうな表情で感情に訴えかけるのもよいでしょう。すぐにそのことばを使うのをやめない場合でも根気よく、メッセージを伝えいきましょう。

