

子育て支援つめくさ 4月スケジュール

月	火	水	木	金
3 自由開放	4 自由開放	5 自由開放	6 自由開放	7 ベビトレ ヨガ
10 赤ちゃん ふれあい遊び	11 自由開放 園庭開放 (11時～)	12 ベビーマッサージ	13 自由開放	14 離乳食 野菜スープ体験
17 春のお楽しみ会	18 自由開放	19 春のお楽しみ会	20 自力整体	21 春のお楽しみ会
24 リラックスヨガ	25 英語であそぼう	26 自由開放 5月予約受付	27 自由開放	28 こいのぼり作り (5月もやります)

ベビトレヨガ

7日(金) 10:30～

講師:須田久美子

我が子と一緒に遊びながら、ストレッチをします。お家でも楽しめる子育てのヒントがいっぱいです。

*持ち物 ヨガマット(持っている方)

自力整体

20日(木) 10:30～

講師:石丸陽子

子育てで疲れた身体を自分の力で整えていく方法を学べます。一緒に身体を動かしてリフレッシュしませんか？

*持ち物 ヨガマット(持っている方)

参加費:500円

リラックスヨガ

24日(月) 10:30～

講師:海野綾子

呼吸を意識しながら身体を動かします。お母さんのための時間です。リフレッシュしながら自分の体に意識を向けてみませんか？

*持ち物 ヨガマット(持っている方)

一緒に遊ぼう！



春のお楽しみ会

17日(月)・19日(水)・21日(金)
10:30～

わくわく心躍る春のスタートです。

一年間よろしくお祈りします！

子育て支援センターはこんな風に遊べるよ～の紹介も含めて、みんなと一緒に春のお楽しみ会をしたいと思います。

絵本やふれあい遊びなどを用意しておりますので、一緒に遊びましょう。

英語であそぼう

25日 10:30～

講師:Roy Neil Connolly

我が子に英語の歌や手遊びで語り掛けながら子育てを楽しんでいるお父さんです。子どもたちと触れ合いながら、一緒に英語であそびましょう。