

令和4年 2月号

ひかりこども園子育て支援センター

# 子育てだより「キラ☆キラ」

TEL・FAX (0566)70-7501



開所日：月曜日から金曜日(ただし、土日祝日はお休み) 開所時間：9:00～15:00

**2月の予定** 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、受付方法や受講内容の変更があります。

## 初めてのリトミック

2月15日(火)・22日(火)

①10:00～10:30 ②10:40～11:10

③11:20～11:50 定員/各4組

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

☆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1人10円徴収させていただきます。(親子2人で20円、3人で30円になります。)

## おひなさまを作りました

① 10:00～10:50 ② 11:00～11:50

定員/各4組

8日 (火) グングンひろば  
(2歳～3歳のお誕生日まで)

14日 (月) トコトコひろば  
(1歳～2歳のお誕生日まで)

28日 (月) グングンひろば  
(3歳のお誕生日～入園前まで)

ママとあそぼう 定員/各4組

25日 (金) ハイハイひろば  
(0～1歳のお誕生日まで)

☆ご兄弟で参加を希望される方は職員にお伝えください。

## ママと一緒にベビー体操

2月9日(水)

①10:00～10:50 ②11:00～11:50

定員/各4組

講師/中原益子氏他(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1人30円徴収させていただきます。(親子2人で60円になります。)

## トールペイントしませんか

2月10日(木)

I 9:30～10:30 II 10:50～11:50

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)

定員/各4組(親のみの参加も可)

☆今回は『デイジーのリモコンホルダー』のペイントです。

**★見本は支援センターにあります。職員にお声かけください。**

※材料費として300円徴収させていただきます。予定です。汚れてもいい服装でお越しください。(お子さ



美容バレエ 2月21日(月) ① 10:00~10:50 ② 11:00~11:50

講師/村上恵子氏 定員/各4組(親のみの参加も可) 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。

※しばらくの間、託児がありませんので、お子さんを見守りながら参加してください。

※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。

※講座中は自由あそびをご遠慮いただいております。また、12:00~13:00は環境整備のため利用できません。

○各行事予約制とさせていただきます。

○**2月2日(水)10時**より支援センターで**電話予約のみ**受付します。新型コロナウイルス感染拡大防止のため来所での予約受付はできません。また、受付初日は1組1講座のみの予約となります。都合のよい時間もお伝え下さい。

○予約受付初日は、電話がつながりにくくなります。ご了承ください。

○翌日からは開所時間内(月~金9:00~15:00)で電話予約受付となります。(空きがあれば複数予約可能)

○しばらくの間、講座の託児は行いませんので、お子さんと一緒に参加してください。

○講座によっては事故や怪我について責任をとることができない場合がありますのでご了承ください。

○新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前の検温・保護者のマスク着用・アルコール消毒をしてからの入室にご協力をお願いします。また、受付時、体温・体調の記入もお願いします。

  
**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 9:00~15:00



## 子育てメモ

### 寒い季節の汁物のススメ

温かい汁物は、冬にぴったり。消化酵素の働きを促進して消化・吸収を助けてくれる他、のど越しも温かく、体を芯からぽかぽかにしてくれます。冷めにくくするには、具たくさんにした汁物に、片栗粉などで緩くとろみをつけるとよいでしょう。他にも、適当な長さに折った乾麺や、白玉だんごを加えて煮たり、しょうがの搾り汁やごま油を数滴加えたりするなど、食感や風味に変化がつくようにアレンジするのもおすすめです。