

令和5年 12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(土日祝日はお休み)

開所時間: 9:00~15:00

## 今月の予定

1日(金) 講座受付

10:00~【電話のみ】

7日(木) グングンひろば

8日(金) 親子体操

12日(火) 初めてのリトミック

14日(木) MAMA&KIDS ENGLISH

15日(金) ハイハイひろば

18日(月) トコトコひろば

19日(火) 初めてのリトミック

## ママとあそぼう

15日(金) ハイハイひろば

(0~1歳のお誕生日まで)

①10:00~ ②11:00~

【定員】各4組

## クリスマス飾りを作ろう

7日(木) グングンひろば

(2~3歳の入園前まで)

18日(月) トコトコひろば

(1~2歳のお誕生日まで)

①10:00~ ②11:00~

【定員】各4組

★兄弟で参加される方は、予約時にお伝えください。

## 親子体操

8日(金) 【定員】各4組

①10:00~10:30 (1~2歳)

②10:40~11:10 (2~3歳)

③11:20~11:50 (2~3歳)

講師/松原 拓也氏

☆今月は〈鉄棒遊び②〉です。

楽しく体を動かしましょう!

親子で動きやすい服装でお越しください。



## MAMA&KIDS ENGLISH

14日(木) 【定員】各4組

①10:00~10:30

②10:40~11:10

③11:20~11:50

対象/1歳6ヶ月以上

講師/近藤 広美氏

☆今月のテーマは〈CHRISTMAS(クリスマス)〉です。



## 初めてのリトミック

12日(火)・19(火) 【定員】各4組

①10:00～10:30 ②10:40～11:10

③11:20～11:50

対象／1歳6ヶ月以上

講師／榊原 昭子氏



★下のお子様を連れて参加される方は、予約時にお伝えください。

★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。)



- **各行事予約制**です。  
受付初日は一つの講座のみの予約となります。  
翌日からは開所時間内での受付となります。(空があれば複数予約可能)
- 当日の状況や天候により、内容を変更することがあります。
- 講座中の写真・動画撮影はご遠慮下さい。
- 講座中は自由遊びをご遠慮いただいております。
- \* 育児の悩みや不安など、いつでもご相談下さい。

## 子育てメモ

### 冬の湿度や室温について

寒いこの時期、赤ちゃんが室内で快適に過ごせる環境をつくってあげたいですね。

赤ちゃんは体温調節をする機能がまだ未熟なので室温、湿度を上手く調節してあげましょう。

**室温は22～23℃・湿度は40～60%が快適な環境です。**

湿度が40%以下になると、目や肌、喉の乾燥を感じたり、インフルエンザウイルスも活動しやすくなります。また、湿度が60%以上になるとダニやカビの発生の原因にもなります。