

令和7年 2月号

ひかりに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



### 今月の予定

3日（月）講座受付

10:00～【電話のみ】

4日（火）午前中電話相談のみ

（来所不可）

7日（金）MAMA&KIDS ENGLISH

10日（月）トコトコひろば

12日（水）グングンひろば

13日（木）ベビーリトミック

14日（金）親子体操

17日（月）美容バレエ

25日（火）初めてのリトミック

26日（水）ハイハイひろば

27日（木）思い出の瞬間を加工して

画像に残そう！

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

#### ママとあそぼう

26日（水）ハイハイひろば

（0～1歳のお誕生月まで）

①10:00～ ②11:00～

【定員】各4組

#### おひなさまを作ろう

10日（月）トコトコひろば

（1～2歳のお誕生月まで）



12日（水）グングンひろば

（2～3歳の入園前まで）

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

14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〈平均台あそび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

7日（金）【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〈IN THE HOUSE(お家の中にあるもの)〉です。

## 初めてのリトミック

25日(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／榎原 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。)



## ベビーリトミック

13(木) 【定員】各4組

①10:00～10:30 ②10:40～11:10

③11:20～11:50

対象／6か月～1歳 5ヶ月

講師／榎原 昭子氏

★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 円になります。)



☆ご兄弟の付き添いはご遠慮いただいております。

## 思い出の瞬間を加工して画像に残そう！

27日(木) 【定員】8組

①10:00～

講師／赤木 真記子氏

Instagram にオシャレに加工して投稿してみませんか？

Instagram のアプリの初期設定を完了させておいてください。

詳しいことは、ブログでチラシをご覧ください。

## 美容バレエ

17日(月) 【定員】各4組

①10:00～10:50 ②11:00～11:50

講師／村上 恵子氏

持ち物／汗拭きタオル・飲み物

動きやすい服(ジーンズ不可)

☆親のみの参加も可

- 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。(空き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

## おやつについて

1歳から2歳の時期のおやつは、1日に必要な栄養を補う役割があります。

おやつを1～2回プラスして栄養が不足しないように補いましょう。

### どんなものを与えたらいいの？

「おやつ」と言っても、市販のお菓子や果物、野菜をふかしたものなどいろいろあります。

1日の食事で不足がちなビタミンやミネラル、鉄、カルシウムなどの栄養が含まれているものを積極的にとれるとよいでしょう。

「おやつ」はあくまでも捕食です。メインの食事である3食に影響がない消化吸収が良いものをあげるようにしましょう。