

冷たい風に白い息、キラキラ光る霜…すっかり冬になりましたね。12月も半ばとなり、クリスマスに大掃除、お正月の準備とやりたいことがたくさんあって、体も気持ちも忙しくなりがちです。すべてをきちんとやろうと思うと、つい、イライラ…。あわてない、あわてない。子育てをしている今は、それだけで十分がんばっています。サンタさんだって年神様だって、旦那さんだって、ちゃんと見ていてくれますよ。手抜きをして、ゆったり笑顔で過ごしてくださいね。



令和2年12月15日号



の予定

「おんぶにだっこ」では、新型コロナウイルス感染症対策を講じて開所しています。ご協力、お願いします。



	月	火	水	木	金	土
AM	12/28 ☆	29	30	31 	1/1 元旦	2
PM		年末・年始休み <<12/29(火)~1/3(日)>>				
AM	4 ☆	5 ぺんぎん	6 プレママデー ひよこ	7 ☆	8 うさぎ	9 ☆
PM		☆			☆	
AM	11 成人の日	12 ぺんぎん親子ピラティス	13 プレママデー ひよこ親子ピラティス	14 ☆	15 うさぎ	16 ☆
PM		☆			☆	
AM	18 ☆	19 ぺんぎん	20 プレママデー ひよこ親子ピラティス	21 ☆	22 うさぎ親子ピラティス	23 ☆
PM		☆			☆	
AM	25 ☆	26 ぺんぎん	27 プレママデー ひよこ親子遊び	28 ☆	29 うさぎ	30 ☆
PM					☆	



『親子ピラティス』

4センターで受け付けます。



1/12(火)：ぺんぎんクラス

13(水)・20(水)：ひよこクラス

22(金)：うさぎクラス

予約開始：12/15(火) 9:30から

各回、10:30から 定員12組

会場、おんぶにだっこ ホール

要予約(電話可)

初めての方も楽しくできる親子ピラティスです。講師の岡崎先生に教えていただき、お子さんと一緒に楽しみながら、毎日頑張っている心と体をリラックスさせましょう。

「おんぶにだっこ」は、この4日間は『親子ピラティス』のみの利用となります。よろしくお願ひします。

『ひよこ親子遊び』1/27(水) 10:00~ 要予約 定員8組(電話可)

おもちゃを作ったり、ベビーマッサージやふれあい遊びをしたりしましょう。

予約受付開始は12月23日(水) 9:30~です。

新年は1月4日(月)から開所します。

ご利用ください。



〒509-6103
瑞浪市稲津町小里364-1
『おんぶにだっこ』
Tel.66-1064

利用時間：AM9:30~12:00
(火・金；PM13:00~15:00)
12:00~13:00は室内・玩具の消毒のため、利用できません。お弁当の持ち込みも中止です。

開所時間：8:30~17:00
(土：8:30~12:00)

子育て支援センターで、こんなことしたよ！

服部先生の「親子ヨガ」で、リフレッシュ！！

『おんぶにだっこ』で親子ヨガを行いました。言葉と先生によるお手本、絵カードを見ながら、親子で楽しく取り組んでいただくことができました。ママのヨガ、ベビーヨガ、親子のヨガ、産後ヨガ、そして笑いヨガと種類もいろいろで、あっという間の1時間でした。家事育児に追われる日々ですが、ストレスのたまり場である背中をほぐして体を軽くしましょう。そして、ママの笑顔は子どもを笑顔にし、家庭も明るくするそうですよ。

「痛い〜！」と言いながらも、ポーズが決まっています。

子どもたちは、ママのそばや職員と遊んですごす時間もありました。



ママと一緒に、ポーズ！



『幼児安全法・救急法講習会』 いざ、という時の対応について学びました。

日本赤十字岐阜県支部から講師を招いて、「子どもは大人を小さくした人ではありません。成長や発達段階に応じた安全対策をしましょう。」と、家の中で注意が必要なことについて話を聞きました。また、心肺蘇生・AEDを用いた除細動について、どんなことに気を付けるのか、何をしたらよいのかについても学びました。



説明を聞きながら、お子さんの体で確認するママもいましたよ。

AEDの取り扱い方と、電気ショックの後、すぐに胸骨圧迫を行うことを知りました。

ファミリー・サポート・センターの援助会員さんにも研修のため参加していただきました。