



すくすくだより



< 5月 >

日	月	火	水	木	金	土
	1 さくらんぼ シャカシャカ マラカス	2 いちご 風船 ふわふわ	3 休み	4 休み	5 休み	6
7	8 さくらんぼ 手型ぺったん	9 いちご 手型ぺったん	10 りんご 手型ぺったん	11 ストレッチ& リフレッシュダンス 10:00~	12 看護師講話 10:00~	13
14	15 さくらんぼ リズムにのって	16 いちご ビリビリビリ~	17 りんご ビリビリビリ~	18 公園で遊ぼう 川島児童公園にて	19 ピラティス 10:00~ おしゃべりサロン	20
21	22 さくらんぼ ベビーマッサージ 10:00~	23 いちご お外で遊ぼう	24 りんご お外で遊ぼう	25 絵本ランド	26 救急講座 10:00~	27
28	29 さくらんぼ 誕生会 いないいないばあ	30 いちご 誕生会 カラコロドン!	31 りんご 誕生会 カラコロドン!	今月の看護師講話は 「自分の性格を知ろう… エゴグラム」です。		

☆利用時間 8:30~13:30☆

<お願い>

木曜日・金曜日に参加される方は、前日までにノートにお子様のお名前を記入して下さい。
お電話での受付も可能です。



<ストレッチ&リフレッシュダンスのお知らせ>

専任講師の飯泉雅子先生をお招きしてご指導して頂きます。みんなで楽しく体を動かして心も身体もリフレッシュしていきましょう。

(毎月第1木曜日AM10:00~AM11:00)

<ピラティス教室>

専任講師の藤沼貴子先生にご指導して頂き、健康で綺麗なママを目指して楽しみましょう!ピラティスは、正しく呼吸することで体幹部の筋肉を働かせて行う全身運動です。運動不足による肩こり、腰痛に悩まされる私たちがきになる「猫背」や「骨盤のゆがみ」を正常な状態に整えます。(毎月第3金曜日AM10:00~AM11:00)

※参加される方は、バスタオル又はヨガマットをお持ち下さい。

<ベビーマッサージのお誘い> さくらんぼクラスの方へ

今年度もセラピストの菅野利穂先生をお招きしてベビーマッサージをご指導して頂きます。ベビーマッサージは、赤ちゃんの発育を促すだけでなく便秘や夜泣きの解消にも効果があります。何よりママのハートも癒してくれますので、是非ご参加下さい。

時間 10:00~

持参するもの 座布団・バスタオル・飲み物(子ども・大人用)



<救急講座のお知らせ>

お子さまの大切な命を守るため、筑西消防署より講師をお招きして下記の内容にて開催いたしますので、是非ご参加下さい。

日時 5月26日(金) 10:00~11:00

場所 川島こども園支援室

内容 乳幼児の心肺蘇生法・AED使用法・誤飲時の対応など



下記の申し込みは5月12日(金)までをお願いします。

-きりとり.....
- ◆公園であそぼう 5/18(木) ・参加します ・参加しません
 - ◆救急講座 5/26(金) ・参加します ・参加しません

クラス お子さまのお名前