

公民館ヨガ教室 参加者募集



場 所 エコールみよた 大会議室
申 込 方 法 電話、窓口、町公民館SNSへのメッセージにて受け付けます。
問 合 せ 先 教育委員会生涯学習係(32)2770



※予約制のため、事前に参加する日をお申し込みください。

「地域のゆとりヨガ教室 ~こどもが真ん中~」

講師：にしかわ まさえ (米国公認クリパルヨガ講師)

地域のママパパ、おじいちゃんおばあちゃん、各世代一緒に集い、自然体の赤ちゃんをお手本にしながら、ゆったり身体を伸ばしていきましょう。

日 時 3月3日(木)、17日(木) 午前10時~11時
持ち物 ヨガマット(※レンタル100円)、ブランケット 参加費 800円 定員 10名
※お子さまを連れて参加できます(生後2カ月以降)。*授乳・おむつ替えも室内でできます。
*病気がけがをしている方は医師に確認してからご参加ください。



「リラックス・リフレッシュヨガ教室 ~心と体を整える~」

講師：中澤 陽子 (ヨガインストラクター)

日頃の疲れを癒したい、凝り固まった体をほぐしたいなどのお悩みをお持ちの方、ヨガを通して心身共にリラックスしてみませんか？

日 時 3月4日、11日、18日、25日(金) 午後6時30分~7時30分
持ち物 ヨガマット(※レンタルはありません。) 参加費 500円 定員 15名

女性と赤ちゃんのからだ相談室 カモミール

「アロマオイルdeフットマッサージレッスン」

講師：梅澤 あやこ (理学療法士)

日 時 3月9日(水) 午前10時~11時
参加費 800円 定員 10名
持ち物 好きな香りのマッサージオイルやボディクリームなど、足元に敷くタオル、飲み物
※ひざの裏までマッサージしますので、ひざまで出せるズボンでお越しください。

戸籍の窓

すこやかに

おくやみ申しあげます

●人口16,044人(前月比-10) 男7,972人 女8,072人
●世帯数7,323世帯(前月比-4) (1月1日現在)

※戸籍の窓は、届出者から了解を得て掲載しています。
※世帯主名、区名は住民票に基づいています。

新型コロナウイルス感染状況によっては、「ひだまりっこ」を中止させていただくことがあります。



子どもたちが遊び、親たちも楽しめるそんな交流の場があります。親子で手をつないでぜひ遊びに来てください。
※「ひだまりっこ」は、町内にお住まいの0歳児から就園前までのお子さまと保護者の方を対象に実施しています。お気軽にご参加ください。
時間 午前10時30分~(詳細はお問い合わせください)

2月の行事予定

東原児童館

2月1日(火) 《鬼のお面を作ろう》
もうすぐ豆まき！誰がかわいい鬼さんになってくれるかな？

2月4日(金) 《リズムあそび》
ピアノの音を聴きながら親子で一緒に楽しみましょう。

2月8日(火) 《幼児体操》
マットでゴロゴロしたり、ジャンプしたりして、親子で楽しく体を動かしましょう。

大林児童館

2月3日(木) 《豆まき》
「鬼は〜外、福は〜内」と、段ボールの鬼に豆をぶつけよう。

2月10日(木) 《お話の会(図書館より)》
図書館の方が読み聞かせにきてくれます。楽しい手遊びや絵本を親子で楽しみましょう。

2月22日(火) 《お話の会(図書館より)》
図書館の方が読み聞かせにきてくれます。手あそびや楽しい読み聞かせがあります。

2月15日(火) 《風船であそぼう》
色とりどりの風船。ポンポンはずませて、いっぱいあそぼう！

2月18日(金) 《おさがり会》
もったいないから、おさがり交換会。ご不要になった洋服等がありましたら2月10日までに東原児童館へお持ちよりください。なお、洗濯済の物に限ります。肌着類は取り扱いません。皆さまのご協力をお願いします。当日は持ち帰り用の大きな袋を持ってきてください。

2月22日(火) 《お話の会(図書館より)》
図書館の方が読み聞かせにきてくれます。手あそびや楽しい読み聞かせがあります。

2月14日(月)

《リズムあそび》
ピアノの音を聴きながら親子で一緒に楽しみましょう。

2月17日(木)

《身近なものであそぼう》
段ボールや手作りおもちゃなど、身近にあるものを使って遊んでみよう。

2月24日(木)

《幼児体操》
マットでゴロゴロしたり、ジャンプしたりして、親子で楽しく体を動かしましょう。

2月28日(月)

《おひなさま作り》
おひなさまに関わる、簡単な工作をします。0歳でも大丈夫です。

※詳細は各児童館へお問い合わせください。

先生の

今月のひまわり

今回は東原児童館の古館 美恵先生です

皆さまこんにちは。今回は「東原児童館 放課後児童クラブ 好きな遊びベスト3」を紹介したいと思います。

第3位「将棋」

児童館にある将棋は、駒の動かし方を示す矢印が書かれているので、初めてでも、すぐに対戦することが出来ます。次の一手をじっくりと考え、集中している子、不利な状況でも諦めず、粘りながら続けている子、駒の矢印を見て、パッパトリズムよく指している子とさまざまですが、勝っても負けても、とにかく楽しそう！

第2位「サッカー」

暑い日も寒い日もサッカーをして遊ぶのが大好きな子どもたち。上手い下手関係なく、思う存分体を動かして楽しんでいます。みんな本気なので、ついぶつかり合うことも…。こうして、自分の感情に折り合いをつけながらコントロールする力をつけ、対人関係のルールを学んでいくのです。

第1位「ドッジボール」

「ボールから逃げたり、相手を手をアウトにしたりすることがおもしろい」と話す子どもたち。高学年ともなると、剛速球が飛び交うので、自分もガードしながらの審判です。ドッジボールは、チームの仲間と協力しないと勝てないゲームなので、自然と上手な子が逃げ回る子を守ったり、励ましたり、認めあったりす



る姿が見られます。勝つためには、自分はどうするべきか、チームの中で、どうあるべきか、一人ひとりが考え、行動しているんですね。いかがでしたでしょうか。ちなみに、4位以下は、なわとび・卓球・一輪車・パドミントン・大型ブロックと続きます。

放課後児童クラブでは、運動系の遊び、頭脳系の遊び、大人数での遊び、日本の伝統あそびなど、さまざまな遊びを提供しています。子どもたちの「やってみたい」を大切に、充実した放課後が過ごせるよう、これからも見守っていきたく思います。

問い合わせ先

●東原児童館 (32)5769
●大林児童館 (32)0154