



## 2月の活動案内



日	月	火	水	木	金	土
1						
利用できない	終日	終日	終日	サークル終了後	サークル終了後	終日
8	9	10	11	12	13	14
利用できない	終日	終日	利用できない	サークル終了後	終日	終日
15	16	17	18	19	20	21
利用できない	終日	サークル終了後	終日	サークル終了後	終日	終日
22	23	24	25	26	27	28
利用できない	利用できない	サークル終了後	終日	サークル終了後	終日	終日

## サークル紹介

♥は、スタンプを押してもらえるサークルです。10個集めると…ささやかなプレゼントをお渡しします◎

サークル内容		準備物
♥ ひよこ0歳	「春が来るね」 フラワーペーパーをくしゅくしゅしてひな飾りを作つてみましょう。	
♥ うさぎ1歳	「豆まきごっこ」 鬼は～そと、福は～うち。元気にボールを投げて豆まき気分を楽しみましょう。	
♥ くま2歳以上	「豆まきごっこ」 鬼は～そと、福は～うち。元気に豆まきごっこをしたら、泣き虫鬼やおこりん坊鬼、いしん坊鬼も逃げて行っちゃうよ。	
♥ ほほえみ東 ♥ ほほえみ西 ♥ ほほえみ北 ♥ ほほえみひまわり	「豆まきごっこ」 かわいらしい鬼さんと一緒に遊ぼう！ 子育ての話をしたり、親子でゆっくり過ごしましょう。	
ブックフレンドパーク	朗読ボランティアSAYによる絵本の読み聞かせ	
サーキット	ジャングルジムや手押し車、トンネル等、広い部屋で思いっきり身体を動かして遊ぼう。	
はぐはぐの日	保育士と関わりながら親子で遊べます。	
花◎活動	リトミック ヨガピラティス 親子で作つてみよう	※保護者による自主活動です。料金がかかります。 詳細は、上記問合せ先までご連絡ください。
あそび工房	「手芸～吊るし雑＆デコスウィーツマグネット作り～」 講師：賀原 由香さん 部屋を可愛く華やかにしてくれる季節の置き飾りと可愛いマグネットです。 ぜひご参加ください。	
ファミリー	「バランスボール」 講師：三原 奈美さん 運動なのに楽しくて身体のスッキリ感がたまらない！と人気の講座。運動神経関係なくどなたでもできるので、産後の不調を軽やかに楽しめる毎日を過ごしませんか？	
リラックスタイム	「フラダンス」 講師：ロケナニフラスタジオ 滝口 潤子さん 聞いているだけでも癒される優しいハワイアンの音楽に合わせて笑顔で踊つてみませんか。未経験者でも大丈夫です。	
♥ 親でスクール	「絵本専門士が選ぶ、いつもそばに置きたい絵本(未就園児対象)ベスト30！」 講師：松前町ふるさとライブラリー 絵本専門士 阪東 楓さん ロングセラーの名作だけでなく、近年出版された絵本の中にも良質な絵本はたくさんあります。未就園児対象のおすすめ絵本を絵本専門士が厳選したくさんご紹介します。 講座のあとは、お子さんたちへミニミニお話会を行います。	
ここちあ	講師：助産師 野上 みきさん 産後ヨガで、疲れた体を癒しませんか？悪露が続いている方はご遠慮ください。 (対象：産後2～4ヶ月の産婦、赤ちゃんも一緒に参加できます。)	
まるる	講師：助産師 木下 真由美さん 助産師によるスキンシップ遊びと交流会を通して、赤ちゃんと楽しい時間を過ごしませんか？(対象：生後2～4ヶ月児親子)	バスタオル・動きやすい服装 母子手帳 等

★ おねがい ★

託児は開始10分前からお受け致します。  
サークル開始時間を確認し、遅れないようにお越しください。  
託児付きのサークルは、受付時お子様の体調などを記入する為、時間がかかります。

## ★ サークルの予約方法 ★

● サークルの参加は、**ネット**での予約申し込みが必要です。予約は随時受け付けております。

● ★ 印がついたサークル(組数の限定あり)は、実施の前月1日～25日迄に申し込みをしてください。  
多数の予約申し込みがあった場合には抽選となります。参加が決定された方には、前月末迄にメールで連絡致します。連絡がなかつた方はキャンセル待ちとなります。

## ネット予約とは？

サークルに予約をされる方は、PCや携帯電話で予約ができるようになりました。下記のQRコードを読み取って頂き、参加したいサークルや託児の人数などの入力をお願ひ致します。

※キャンセルの場合は必ず電話でご連絡ください。  
メールでのキャンセルはできません。

