



Bringing up a child

子育て

子育て世代包括支援センターどれみ（北浦保健センター内）

♪子育て相談ダイヤル♪

☎080-2211-4411

子育て相談ができます！お気軽にお電話ください♪



## 子育て広場で「ママヨガ」を行いました



1月22日（月）、子育て広場（北浦保健センター）で、ヨガインストラクターの鈴木綾子さん（市内在住）による「ママヨガ」を行いました。

この日は16組の親子が参加し、子どもと一緒に体を動かしたり、お母さんがヨガのポーズをしたりして楽しみました。

参加者からは「先生から教えてもらったことを、家でもやってみたいと思います」「体をほぐすことができ、とてもリラックスできました」と感想をいただきました。

どれみでは、来年度も親子講座として「ママヨガ」の開催を計画しています。



## 子育て広場カレンダー

【午前】 9:30～11:30  
【午後】 13:00～15:00

3月	麻生（麻生公民館）		北浦（北浦保健センター）		玉造（玉造保健センター）	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
2	金	★				
5	月				○	
6	火		○			
7	水					○
8	木	○				
9	金				★	★◆
12	月				◆	
13	火					○
14	水		○			▲♪
15	木		○		○	
16	金	○			○	
18	日		○			
19	月					○
20	火		▲	○		
22	木				○	○
23	金	♪◆				
27	火	○				○
28	水		○	♪▲		
29	木					○

休日の開催もしています！ぜひご利用ください。

- ★…絵本の読み聞かせ（午前は10:30～、午後は14:00～）
- ▲…幼稚園教諭による子育て相談 ◆…保健師による子育て相談
- ♪…ミュージックケア（午前は10:30～、午後は14:00～）

「子育て広場」とは…

就学前のお子さんとそのご家族のために開かれる遊び場です。行ってみたい会場どこに参加しても大丈夫です。お気軽にご来場ください。お母さんだけでなく、他のご家族の方も大歓迎です。お子さんの安全を守るためにスタッフがおりますが、お子さんをお預かりして保育するものではありません。お子さんから目を離さないようお願いします。



## 子育て広場で「ミュージック・ケア」を行っています！



昨年12月から、各子育て広場で月1回「ミュージック・ケア」を開催しています。指導者は、子育て広場の指導員であり、NPO法人ミュージック・ケア協会ミュージック・ケアワーカーの田中香さん。

参加した皆さんはさまざまな音楽に触れながら、鈴や鳴子などの楽器を使って楽しんでいます。

田中さんは「ミュージック・ケアは、誰でもどこでもいつでも楽しめる音楽療法です。子どもの笑顔が一番なので、これからもたくさんの笑顔を引き出せるような音楽を提供していきたいと思っています。お気軽にご参加ください」と話しています。

子育て広場では、今月もミュージック・ケアの開催（「♪」マークのある日）を予定していますので、右上の子育て広場カレンダーを参照していただき、ぜひご参加ください。

