

☺プログラム（全8回）

回	日 程	内 容	講 師
1	6/12 (木)	開講式 ・ 親子ではじめまして！ ～親子遊び～ 親子遊びをしながら、初めて会うお母さん同士も楽しく遊んで気分をリフレッシュ！ママ友をいっぱい作りましょう！	保育士 伊藤 陽子 先生
2	6/26 (木)	はじめてのごはん ～離乳食と歯みがき～ 食事は大切なもの。離乳食の悩みや不安はたくさんありますよね。先生からお話を聞いて不安を解消しましょう。 食事のあとの歯みがきも、子どもが嫌がらない、正しい方法をマスターしましょう！ ※託児あり	栄養士 渡辺 久美子 先生 歯科衛生士 猪股 由紀江 先生 茂木 仁美 先生
3	7/10 (木)	親子のスキンシップを取ろう♪ ～ベビーダンス～ スキンシップを取りながらお母さんの日頃のストレスと運動不足も一緒に解消しましょう！	(一社)日本ベビーダンス協会認定 ベビーダンスインストラクター 長尾 富子 先生
4	7/24 (木)	家族みんなで楽しく遊ぼう！ ～家族遊び～ 平日なかなか参加できないお父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、お兄ちゃん、お姉ちゃん！みんなにカンガルー教室を体験していただけます。楽しくいっぱい遊んでください。	保育士 伊藤 陽子 先生
5	8/7 (木)	リズムにのって元気よく ～リズム体操とリトミック～ 音楽やリズムにのって、子どもと一緒に体を動かしましょう。リトミックも体験します。	音楽療法士 斎藤 由香 先生 高田 真紀子 先生
6	8/28 (木)	親子でリラックス ～ ヨ ガ ～ スキンシップを図りながら、親子でゆっくりリラックス。心も体ものんびりと・・・。	ヨガインストラクター 深谷 恵 先生
7	9/11 (木)	幼児の救急救命！ ～とっさの対処法～ 乳幼児に起こりやすい事故の事例やその対処法、事故防止策を学びます。 ※託児あり	日本赤十字社福島県支部
8	9/21 (日)	子どもと一緒に大きくなろう！ ～親子遊びと子育てのハシ～・開講式 いま現在、そしてこれから先の子育てできっと役に立つお話をさせていただきます。もちろん親子遊びもします。 最終回ですから思いっきり遊びましょう！	保育士 伊藤 陽子 先生

※台風や大雨等の気象状況等によっては講座が変更・中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください(受講生の方には直接ご連絡いたします)。

