

☺プログラム（全8回）

回	日 程	内 容	講 師
1	6/13 (金)	開講式 ・ みんな！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たち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 齋藤 典子 先生
2	6/19 (木)	楽しく体を動かそう ～親子体操～ 親子でスキンシップを取りながら、楽しく体を動かしてみましょ う！自宅でも手軽にできる体操なので、こどもとのコミュニケー ションを取るのに最高です！	体操上級指導者 水戸 眞由子 先生
3	7/3 (木)	幼児の救急救命 こどもの命を守る大切な学習です。起こりやすい事故や急病時の 対処法を人形など使い実践して学びます。幼児に起こりやすい事 故の事例など、なんでも聞いてこどもを守りましょう。 ※託児あり	日本赤十字社福島県支部
4	7/17 (木)	リズムにのって元気よく ～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 齋藤 由香 先生 高田 真紀子 先生
5	8/3 (日)	家族みんなで楽しく～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！ペンギン教室に参加して楽しい時間を過 ごしてみませんか？気軽に遊びに来てください！	保育士 齋藤 典子 先生
6	8/21 (木)	安心おやつの作り方 ～幼児食～ 子どもにとっておやつは食事の一部。次の食事にひびかないような、 バランスを考えたレシピを紹介します。 ※託児あり	栄養士 佐藤 正子 先生
7	9/4 (木)	物語の世界を感じてみよう ～絵本と人形劇～ 親子でワクワクドキドキ！絵本と人形劇で物語の世界を楽しく 感じてみましょう！	福島中央子ども劇場 人形劇団じゃんけんぽん
8	9/18 (木)	子どもと一緒に大きくなろう！ ～歯みがきと健康相談～・閉講式 食事のあとの歯みがきを楽しくしていますか。正しい方法を再確 認しましょう。市の保健師も参加しますので皆さんからの健康に 関する相談にお応えします。	歯科衛生士 永山 直美 先生 福島市の保健師1名

※台風や大雨等の気象情報等によっては講座が変更・中止となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。（受講生には直接ご連絡します）

