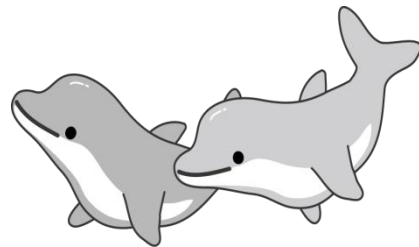


いるかだより



いるかひろばは、0,1,2,3歳のお子さんを持つ親子のためのお部屋です。ひろばには子育て経験のあるスタッフがいつでもおりますので、初めてでも安心して気軽に遊びに来てください。ひろばの名前は原市場小学校から見える、通称『イルカ山』にちなんで名付けました。
飯能市より委託され、NPO 法人子育て応援ゆうが運営しています。

月	火	水	木	金	土	日
このマークのついている水 曜午後は幼稚園児・保育園児 もあそべます。 		1 × (冬休み)	2 × (冬休み)	3 × (冬休み)	4 × (冬休み)	5 × (冬休み)
6 × (冬休み)	7 ●	8 ● 赤沢ふれあい ステーション 	9 ●	10 ● ベビーデー (午前中)	11 ×	12 ×
13 × (成人の日)	14 ●	15 ● 	16 ●	17 ● キッズデー (午前中)	18 ×	19 ×
20 ●	21 ●	22 ● 子育て講座 (午前中) 	23 ●	24 ●	25 ×	26 ×
27 ●	28 ●	29 ● 	30 ●	31 × スタッフ会議		

※●印が開室日です。予約制の講座の時間以外は、開室時間内(10:00~15:00)であれば、いつでもあそべます。
※ランチタイム(12:00~13:00)には、お弁当を持参すればひろばで食べることができます。
※ひろばでは緊急時に備えて貴重品・携帯電話を身につけていただくようお願いいたします。
※雪などの悪天候の為開室になる場合があります。来室前にお問い合わせください。

お知らせコーナー!

《1月の子育て講座》

1月22日(水) 10:30~12:00
『テニスボールでコロコロ解消・ほぐれっち』
講師:柳戸陽子さん
講師紹介:飯能在住、2003年よりインストラクターとして活動。運動療法士A級所持。
持ち物:フェイスタオル・飲み物・バスタオル or ヨガマット
定員:10組(同室見守り保育あり)
申込み開始日:1月7日(火) 10:00より
ひろばに直接、またはお電話にて申込みください。



《いるかベビーデー》

1月10日(金) 10:00~12:00
午前中は1歳未満の赤ちゃん優先です。
赤ちゃん和妈妈でゆったりすごしませんか?
計測会・相談会にもなっています。
計測会 身長・体重をスタッフが測定いたします。
相談会 一人でも悩んでいませんか? 心のもやもやを晴らしましょう。ご希望であれば相談は別室で行うこともできます。
対象:0歳~1歳未満
予約不要。直接ひろばにお越しください。
午後はどなたでも計測・相談ができます。



《えんどまめの日》

1月8日(水)・27日(月) 11:00~11:30
「ほんとか」(原市場小学校図書ボランティア)のメンバーによるわらべうた・パネルシアター・絵本の読み聞かせなど、親子で楽しみましょう。予約不要。お気軽にどうぞ!



《赤沢ふれあいステーション》

1月8日(水) 10:00~11:30
場所:赤沢会館(駐車場もあります。)
赤沢地区にお住まいの方々及び市内の子育て中の親子の皆さん、一緒に楽しみましょう♪ 今月は小麦粉ねんどをします。汚れてもよい服装で参加してください。
事前の申込みは不要です。お待ちしております! ※路面凍結に注意してお越しください。



《いるかキッズデー》

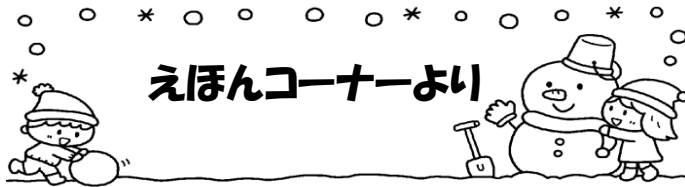
1月17日(金) 10:00~12:00
ちょっと大きなお兄さん、お姉さん!
製作をしたり、歌やお遊戯など、体を動かして遊びましょう。未就園の2,3歳児対象です。
今月は「小麦粉ねんどで遊ぼう!」です。汚れてもよい服装で参加してください。
定員:8組
申込み開始日:1月7日(火) 10:00より
ひろばに直接、またはお電話にて申込みください。





さあ、新年の幕明けです。いるかひろばは、おかげさまで3回目の新年を迎えることができました。今年も、一緒に子育てを楽しめるあたたかいひろばにしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

新年を迎えて、ひろばの壁の飾りも模様替えしました。親子で飾りを作って貼るスペースもあり、何回か作ってくれたお友だちも多いと思います。雪だるまやお魚、うさぎさんなどなど、シールやクレヨンで模様やお顔を付けたりして親子で簡単に作れますよ。子どもたちはていねいにシールを貼ることができたり、上手にお顔が書けるようになったりと、その子の成長や個性を感じることができます。壁に貼る場所も、「ここ！」とこだわって指定する子もいます。そうして飾られていくひろばの壁は、生き生きして楽しくにぎやかになっていきます。来室して、まだ作ったことのない新しい飾りを見つけたら、ぜひスタッフに声をかけて作ってみてくださいね。



今月は、笑って心もあつたまる本を紹介します。笑う門には福来たる、みなさんに良いことがありますように！

「ねえ、どれがいい？」

作 ジョン・バーミンガム 訳 松川 真弓 評論社
 どれか一つを選ぶとしたら？楽しい究極の選択です！子どもと一緒によ〜く考えてみてくださいね。

「ぼちぼち いこか」

作 マイク・セイラー 訳 今江 祥智 偕成社
 かばくんは消防士、パイロットと色んなお仕事に挑戦します。うまくいかない時は、かばくんと一緒に一休みして、力まぎらずぼちぼちいこか、ですよ。

スタッフインタビュー ☺

我が家はこの冬、「こたつ」に頼らず過ごしてみよう！ということになりました。本当はのんびりと「こたつ」と「みかん」で過ごしたいところ。そんなストイックな提案しちゃって大丈夫？

言い出しっぺの私は寒いのが人一倍苦手なのでちょっと後悔…(笑)この冬はなおいっそう温かいお風呂と温かいご飯と暖かい布団にありがたみを感じるにちがいありません。冬の陽射しもありがたいですね♪

by にゃごりん

♪ 11月の子育て講座報告♪

『子育て中に自分を愛する月経養生』

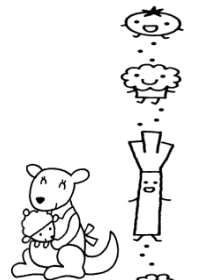
講師 山口香織先生(このみや治療院院長)

11月22日(金)実施

毎回大好評の講座、今回も出産後のお母さんの心と身体のいたわり方について、東洋医学の観点からお話いただきました。

この日参加したお母さんは、皆熱心に先生のお話に聞き入っていました。先生のゆっくりとしたお話と優しい人柄にも癒される時間となりました。【気について】【肝と腎】【布ナプキン】などのお話から、新しい見方、新しい気づきをもらえたり、ずっと抱えていた不安がなくなったという方もいました。布ナプキンをすでに愛用している参加者も半数近くいましたが、日々の育児や家事で自分のことは後回しになってしまいがち。

一日に一分でも自分の身体に気持ちを向けて、もっと大切にもっといたわってあげてもよいのでは。お母さんが元気ならお子さんにも伝わり、親子で元気になれる！というお話も重要なポイントでした。



～いるかひろば～

開室日:月～金曜日
 (学校行事や月末業務で閉室日あり)
 時間:10:00～15:00
 ランチタイム:12:00～13:00
 (お弁当とうを持参すれば食べられます)
 場所:原市場小学校B棟1階
 住所:埼玉県飯能市下赤工 442-2
 電話・FAX:042-970-3010 Email:iruka@hanno.jp
 駐車場:体育館南側駐車場
<http://www.nikoniko.justhpbs.jp/iruka/index.html>

