

ぽかぽかルームだより 3月号

開園時間 9:30~12:00 13:00~15:30

リフレッシュ 思い出作り お悩み相談 お友達作り



お子さんとママが笑顔になる講座が盛りだくさん！一緒に楽しい時間を過ごしませんか？

月	火	水	木	金
3 ひな祭り会 ~園行事に参加& ひな祭り製作~ 10:00~ ※9:50までにお越しください。	4 季節の製作 ~ピヨピヨひよこちゃん♡~ 10:00~ 手形・足形アート 朝の会	5 産後ケアエクササイズ ズバンスボール 一人で座れる子は小さいボールもあるので親子でも弾めます！ 10:30~11:30 ※裏面参照	6 12名 予約 保育園で過ごそう！ ママと一緒に保育園体験♪ 9:45~12:00 ※園児との活動です。開始時間に間に合うようにご来園ください。	7 寝転びアート ~卒業証書~ お子様の成長記録 思い出作りに！ 10:00~
10 室内開放 10:00~	11 KIDS&babyハンドメイド ヘアアクセサリー作り or フラワー足形アート 10:00~11:00 予約時にどちらを作るかお伝えください。 ※裏面参照	12 園庭開放 10:00~ ※ぽかぽかルームには入室できません。	13 12名 予約 栄養士講座 ~保育園の給食を 食べよう♪~ 持ち物：エプロン、食具、飲み物など※裏面参照	14 カイロプラクティック 10:00~ 10:30~ 11:00~ 11:30~ ご希望の時間をお伝えください。 ※裏面参照
17 絵本 de 英語 ミニ講座 10:00 開始 ※裏面参照	18 ぽかぽか day ママの交流会 ~メモリアルフォト フレーム作り~ お子様や家族などのお気に入り写真を 使用して楽しく作りましょう！ 10:00~※裏面参照	19 季節の製作 ~ピヨピヨひよこ ちゃん♡~ 10:00~ 手形・足形アート 朝の会	20 春分の日	21 ベビーヨガ ~ママもリフレッシュ！ 親子時間を楽しく過ごそう~ 赤ちゃんの心身の発達を促すとともに、 ママには代謝アップのストレッチも レクチャーします！ 10:00~11:00 ※裏面参照
24 ぽかぽか誕生日会 保育園の誕生日会で 一緒にお祝いしよう！ 10:00~ ※9:50までにお越しください。	25 看護師講座 部屋に置くだけで香広がるオシャレな アロマストーン作り♡ お子様と一緒に作れます！ 10:00~ ※裏面参照	26 ベビーマッサージ ~スキンシップで 「大好き」を伝えよう~ 赤ちゃんの心身の発達を促して、 ママもリラックスできる親子時間を！ 10:00~11:00 ※裏面参照	27 寝転びアート ~卒業証書~ お子様の成長記録 思い出作りに！ 10:00~	28 ぽかぽか day ママの交流会 ~メモリアルフォト フレーム作り~ お子様や家族などのお気に入り写真を 使用して楽しく作りましょう！ 10:00~ ※裏面参照
31 ぽかぽかルーム ~ありがとうの会♡~ 今年度も沢山遊びに来てくれてありがとうございました！ 年度最後にみんなで遊みましょう♪ ※駐車場の利用は遠方の方優先となります。 近隣パーキングのご利用をお願いいたします。 10:00~				

【お問い合わせ・ご予約】 ※活動詳細は裏面をご覧ください。

予約開始 第3月曜日~10:00~14:00 3月の予約は2月17日(月)~

3日前までのご予約をお勧めしております。

電話又はLINEにて受付

TEL 0476-45-1189



印西市戸神字大野617-3



講座ご利用の際にはご予約をお願いいたします。

●ぼかぼか day 材料費110円

作品で使いたい写真17枚をLINEで送ってください。(そのうち2枚大きくしたい写真を教えてください)

製作遊び。ママの交流会。

持ち物 作品を待って帰る用のバック 保育園の人気おやつ試食 汚れても良い服装

●季節の製作

カレンダー作り。お子様の手形や足形を使ってカレンダー作りを行います。

持ち物 作品を待って帰る用のバック 汚れても良い服装



●ぼかぼか誕生日会

星虹第二保育園の誕生日会に参加して一緒に祝いましょう！当日は記念撮影や手形をとってプレゼント！

身体測定もあります。※お誕生日会開始10分前にはお越しください。

予約は誕生日会3日前までをお願いいたします。

●寝転びアート

お子様の可愛い思い出を残しましょう！衣装の用意は必要ありませんので、当日はお好きな格好でお越しください。製作した可愛いフォトフレームに入れてお持ち帰りになります☆

●ぼかぼかタイム

ふれあい遊びや行事の製作、季節ならではの遊びを楽しみましょう♪

※基本はご予約不要ですが、プール、製作などは準備の関係で要予約にさせていただきます。

●看護師による講座

10:00～手作りが初めてのお子様もママと一緒に楽しめます。

部屋に置くだけで香が広がるアロマストーン作り♡

10:30～ 身体測定・質問タイムの時間を設けております。

2枠分でも、どちらか1枠分だけでもご予約できます。

看護師とじっくりお話していただける良い機会なので、ぜひお待ちしております♪

●栄養士による講座

お子様の飲み物、エプロン、食具など必要な物をお持ちください。

栄養士・看護師による食の悩みや

発育相談・産前産後のお悩み等

随時受付中です！



●室内・園庭開放

ぼかぼかルームのお部屋や園庭で遊びましょう！！AMご予約不要 PM来園前に電話にてご予約ください。

利用時間 9:30～12:00 13:00～15:30

(12:00～13:00はお昼休憩の時間となりますので、一時的に閉園致します。)

○カイロプラクティック運動療法 内田祐布子講師 定員各回1名(合計定員4名)
肩こり、腰痛の運動療法と施術。1人30分、自分で身体の歪みを整えられるようにしませんか？
持ち物 タオル・飲み物 費用1,000円

○ベビーマッサージ 村田祥子講師 対象：生後2カ月～歩行前
親子の絆が深まり、赤ちゃんの心身の発達を促します。
持ち物 バスタオル・赤ちゃんの飲み物(マッサージ後水分補給をします。) 費用1,000円

○産後ケアエクササイズ～バランスボール～ 合戸百香講師(ももちゃん)
音楽に合わせて楽しく出来る産後に必要な体力作り。骨盤をはじめとする骨格を整え、気力もアップする産後ケア
持ち物 飲み物・動きやすい服装(ジーンズ不可)・タオル・赤ちゃんのお世話で必要な物 費用500円

OKIDS&baby ヘアアクセサリー作り ・ フラワー足形アート製作 林陽香講師
ハンドメイドワークショップ。
講師と一緒にオリジナルの作品製作を楽しみましょう。費用1,000円～

○ベビーヨガ 村田祥子講師 対象：首がすわった子～2歳
親子で一緒にヨガを行うことでお母さんの産後の健康回復、赤ちゃんの発達を促します。
持ち物 ヨガマット(お持ちでない方はご相談ください)・お母さん、赤ちゃんの飲み物 費用1,000円

○絵本de英語のミニ講座 及川亜希子講師
自宅で簡単に楽しく読み聞かせが出来るポイントを覚えよう！読み聞かせ方の講座 費用500円

専門の
講師が行う
講座