

ぽかぽかルームだより 7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
	1 予約 ぽかぽかタイム ～水遊び～ 持ち物：水着または濡れても良い服、帽子、飲み物、タオル、着替え、水遊びオムツ、(濡れても良い靴)等 10:00～	2 予約 ぽかぽかタイム ～水遊び～ 持ち物：水着または濡れても良い服、帽子、飲み物、タオル、着替え、水遊びオムツ、(濡れても良い靴)等 10:00～	3 予約 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	4 予約 季節の製作 ～サンセットビーチ～ 10:00～ 手形・足形アート 今月は足形です！ 朝の会 
7 予約 七夕会 ～園児と一緒に園内行事に参加しませんか？～ 簡単に作れる製作も準備してお待ちしています！ ※9:50までにお越しください。	8 予約 ぽかぽか day ママの交流会 ～これは便利！暑い日の必需品！冷え冷えセンサーボトル作り～  10:00～ ※裏面参照	9 予約 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	10 予約 季節の製作 ～サンセットビーチ～ 10:00～ 手形・足形アート 今月は足形です！ 朝の会 	11 予約 産後ケアエクササイズ バランスボール 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
14 予約 ぽかぽか day ママの交流会 ～これは便利！暑い日の必需品！冷え冷えセンサーボトル作り～  10:00～ ※裏面参照	15 予約 ぽかぽか TIME ～自然に触れよう& 感触遊び(寒天)～ 冷たい寒天を触って遊ぼう コスモスの種を蒔いて花を咲かせましょう♪ 10:00～ ※汚れても良い服装でお越しくださいね！	16 予約 ぽかぽかタイム ～水遊び～ 持ち物：水着または濡れても良い服、帽子、飲み物、タオル、着替え、水遊びオムツ、(濡れても良い靴)等 10:00～	17 予約 寝転びアート ～ビーチタイム～ お子様の成長記録 思い出作りに！ 10:00～	18 予約 絵本カバー de ペーパーバッグ作り ～お好きな絵本カバーをお持ちいただきカバーを使って可愛いバッグを作ってみませんか？～  10:00～ ※裏面参照
21 海の日	22 予約 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	23 予約 ぽかぽかタイム ～水遊び～ 持ち物：水着または濡れても良い服、帽子、飲み物、タオル、着替え、水遊びオムツ、(濡れても良い靴)等 10:00～	24 予約 栄養士講座 ～手作りホットケーキ～ みんなで楽しくクッキング！ 10:00～ 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物など	25 予約 ぽかぽか誕生日会 保育園の誕生日会で一緒に祝いしよう！ 10:00～※誕生児の方対象 ※9:50までにお越しください。 
28 予約 寝転びアート ～ビーチタイム～ お子様の成長記録 思い出作りに！ 10:00～	29 予約 看護師講座 ～わくわく！バスボムを作っちゃおう～ 夏のスキンケアについて  10:00～	30 予約 ぽかぽかタイム ～水遊び～ 持ち物：水着または濡れても良い服、帽子、飲み物、タオル、着替え、水遊びオムツ、(濡れても良い靴)等 10:00～	31 予約 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	りんごコロコロカードシアター 作りは、31日までです。 いつでも作る事が出来ますので気軽に声がけください！ 

【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 7月の予約は6月16日(月)10:00～です。

各講座 3日前までのご予約をお勧めしております。

電話又はLINEにて受付になります。

TEL 0476-45-1189



SEIKOH2POKAKOHA
Instagram



Ameblo



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。

●ぽかぽか day 材料費 無料

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



●ぽかぽか誕生日会

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いれた絵本をプレゼント！

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☆

●ぽかぽかタイム

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。

※気温や予約人数の関係でテラスでの水遊びと変更になる場合があります。ご了承ください。

●看護師による講座

10:00～ 沢山汗をかいた後に楽しいお風呂タイム！

みんなで楽しくバスボムを作りましょう！

11:00～ 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できる良い機会なので、ぜひお待ちしております♪

●栄養士による講座

親子で美味しいホットケーキを作りましょう！

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。

食について気になる事など栄養士とお話しできる良い機会なので、ぜひお待ちしております♪

栄養士・看護師による食の悩みや

発育相談・産前産後の悩み等

随時受付中です！



●室内・園庭開放

ぽかぽ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・赤ちゃんのお世話に必要な物 費用 500 円

OKIDS&baby ヘアアクセサリ作り ・ 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

○絵本カバー de ペーパーバッグ作り 及川亜希子講師

好きな絵本カバーを 1 つお持ちいただき、カバーを使って可愛いバッグを作ってみませんか？

一度覚えてしまったら、ご家庭でも簡単に作れます。

費用 400 円

持ち物 お子さんの好きな絵本のカバー

専門の
講師が行う
講座