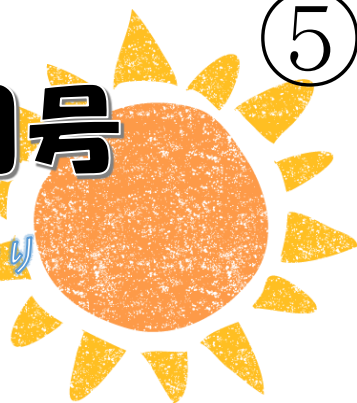


ぽかぽかルームだより 2月号



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
2 節分会 9:45～ ※9:40までにお越しください。 保育園のお友達と一緒に節分会に参加しよう！！ お部屋で鬼の製作ができます！ もしかしたら鬼がくるかも…!?	3 朝の会&季節の製作 ～春が来た♪～ 10:00～ 手形・足形アート 今月は手形です！	4 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	5 園庭開放 ※ぽかぽかルームには入室できません 9:30～11:45 お好きな時間にお越しください！	6 寝転びアート ～Happy Valentine♡～ お子様の成長記録 思い出作りに！ 10:00～
9 KIDS&babyハンドメイド ヘアアクセサリ作り 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	10 ぽかぽか day ママの交流会 ～写真入り巾着袋作り～ お子様の可愛い写真とクレヨンで自由にデザインできます♪ バレンタインに♡ 10:00～ ※裏面参照	11 建国記念の日	12 寝転びアート ～Happy Valentine♡～ お子様の成長記録 思い出作りに！ 10:00～	13 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
16 朝の会&季節の製作 ～春が来た♪～ 10:00～ 手形・足形アート 今月は手形です！	17 ぽかぽか day ママの交流会 ～写真入り巾着袋作り～ お子様の可愛い写真とクレヨンで自由にデザインできます♪ バレンタインに♡ 10:00～ ※裏面参照	18 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	19 栄養士講座 ～きな粉クッキー作り～ みんなで楽しくクッキング！ 10:00～11:00 ※裏面参照 持ち物：エプロンと三角巾（持っていれば）、飲み物など	20 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
23 天皇誕生日	24 心が育つIQ 絵本のミニ講座 沢山の絵本と出会いませんか？ 10:00 開始 ※裏面参照	25 寝転びアート ～スノーボードデビュー！～ お子様の成長記録 思い出作りに！ 10:00～	26 看護師講座 ～体にも環境にも優しい芳香剤作り♡～ 香りがふわっと広がり空気も気分もリフレッシュ！！ 10:00～	27 ぽかぽか誕生日会 保育園の誕生日会で一緒に祝いましょう！ 10:00～※誕生児の方対象 ※9:50までにお越しください。



Instagram



Ameblo



LINE



印西市戸神字大野 617-3

【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

2月の予約は 1月19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。ご予約お待ちしております！

TEL 0476-45-1189

午後に寝転びアートや季節の製作などをしたい方！室内遊びに来たい方は事前にご連絡ください♡

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 1つ110円

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お祝いしよう！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 日前までにお願いいたします。

●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。



●看護師による講座

10:00～ 一年中気を付けたい感染症についてのお話し。フレグランスで楽しみながらお掃除も出来るキラキラ可愛い芳香剤を作りましょう♪

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

今月は親子できな粉クッキー作りにチャレンジ♪

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
育児相談・産前産後のお悩み等

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

○心が育つIQ 絵本のミニ講座 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