

## 子育て講座『お母さんヨガ』 4月17日火曜日

今年も『YOGA DEBEE』の土井民恵さんをお招きして、本格的なヨガを教えていただきました。土井先生のヨガ講座は、わくわく館の子育て講座の中でもとても人気の講座で、すっかり毎年恒例となっています。今年はキャンセル待ちのお母さんが出るほどの盛況ぶりでした。お子さんの体調不良で残念ながら欠席しなければならなくなったお母さんもいましたが、当日は18人のお母さんが心地のよい汗を流しました。今年は見込みのあるお母さんが多かったのでしょうか、なかなか難しそうなポーズが多かったです。帰り際「足がぶるぶるする～」「明日は筋肉痛だわ～」と笑いながらも、スッキリした表情で帰るお母さんたちでした。

わくわく館の託児スペースでは17名の子供たちが、お母さんの帰りをよい子で待っていましたよ。



## 金曜日は年齢別カリキュラム

わくわく館を利用する子どもの年齢には開きがあり、小さいうちは体格や発達に差が出てしまいます。年齢によって遊びが異なることもあるため、毎週金曜日は各年齢、月齢や発達に合わせたあそびを紹介しています。わらべうた、体操ややさこい、巧技台を組み合わせたサーキットなど、参加人数や子どもの状態に合わせてメニューを決めていますので安心して参加してくださいね。

## こんなことしています

4月中旬より水遊びの時に使うプールにカラーボールをたくさん入れて遊んでいます。中に入って泳いでみたり、バケツやかごに入れて頭からかぶったりしてダイナミックに遊んでいますよ。午前は11時・午後は3時より、体操やわらべうた、読み聞かせをしています。体操では慣れるまでは緊張して固まってしまうかもしれません。

そういう時はお母さんが楽しそうに参加してみてください。それを見て真似をすることから始まり、少しずつ慣れていききっと楽しんで参加出来るようになりますよ。お母さんも恥ずかしがらずに是非参加してください。



## ～ 5月の子育て講座～

5月10日(木曜日) 『母の日フラワーアレンジメント』 講師 丹野 真紀さん  
開場 9:30 開始 10:00 15組限定 完全託児 参加費 500円

## ～ 6月の子育て講座～

6月7日(木曜日) 『親子で楽しむ童謡』 講師 猪俣こずえさん  
開場 10:00 開始 10:30