



関びよびよ だより

2

練馬区立関子ども家庭支援センター 子育てのひろば「関びよびよ」
〒177-0051 練馬区関町北1-21-15 ☎ 03-5991-4711

Vol.153

平成31年2月1日発行

お知らせ

♪ピラティス①♪

基本の呼吸法を学びます。
日時:2月4日(月)10:00~11:00
場所:2階会議室 定員:3名
対象:ピラティスの講座に初めて参加する方・産後2ヶ月以上経過した方
予約:1月21日(月)10:00~
注意:託児はありません。動きやすい服装でお越しください。



♪ヘアアクセサリーを作ろう♪

ファーを使ってシジュシを作ります。
日時:2月15日(金)10:00~11:30
①10:00~10:45②10:45~11:30
場所:2階会議室 定員:各時間7~8名(計15名)
予約:2月1日(金)10:00~
注意:託児はありません。1家庭1つの製作になります。



♪ピラティス②♪

呼吸を意識しながら、普段使わない筋肉を動かし、身体をゆっくりほぐします
日時:2月18日(月)10:00~11:00
場所:2階会議室 定員:3名
対象:ピラティスの講座に1回以上参加したことがある方
予約:2月4日(月)10:00~
注意:託児はありません。動きやすい服装でお越しください。



♪絵本歌い聞かせ♪

ギターの生演奏に合わせてながら、絵本の読み聞かせをします。
大人向けの曲の演奏もあるかも?リクエストも受付中です!
日時:2月19日(火) 10:30~11:00
場所:関びよびよひろば
どなたでも参加できます。是非お越しください。



♪助産師さんの話♪

卒乳・授乳についてのお話があります。質疑応答の時間もあります。
日時:2月7日(木)10:30~11:30
場所:2階会議室 定員:12名
対象:おおむね8ヶ月以上のお子さんを持つ保護者
予約:1月24日(木)10:00~ 注意:託児はありません。

♪お楽しみミニコンサート♪

ひろばを利用していたママによる、フルートの演奏です。
どんな曲を演奏してくれるかは当日のお楽しみ♪
日時:2月21日(木)10:30~11:00
場所:関びよびよひろば (どなたでも参加できます。)



※水・日曜日は講座参加申し込みを受け付けていません。ご注意ください。(予約は関びよびよ窓口または電話にて)

日	月	火	水	木	金	土
2月の予定					1	2
3 ひろば休み 一時預かり	4 ピラティス① 10:00~11:00 絵本読み聞かせ 10:30~11:00	5 	6 ひろば休み 一時預かり	7 助産師さんの話 10:30~11:30	8 ママと赤ちゃんの ほっとタイム 13:10~15:00	9
10 ひろば休み 一時預かり	11 建国記念日	12 身体測定 10:00~16:00	13 ひろば休み 一時預かり	14 リトミック 10:30~11:00	15 ヘアアクセサ リーを作ろう 10:00~11:30	16
17 ひろば休み 一時預かり	18 ピラティス② 10:00~11:00	19 絵本歌い聞かせ 10:30~11:00	20 ひろば休み 一時預かり	21 お楽しみミニ コンサート 10:30~11:00	22 パネルシアター 10:30~11:00 ママと赤ちゃんの ほっとタイム 13:10~15:00	23
24 ひろば休み 一時預かり	25 	26 のびのびひろば 10:00~15:00	27 ひろば休み 一時預かり	28	※ママと赤ちゃんのほっとタイム のびのびひろばは、子ども家庭 支援センター主催のイベントです。	

イベント報告

☆12月21日（金）クリスマスコンサート☆

当日は100人を超える来場者で、ひろばが埋め尽くされ、大盛況でした！

クリスマスソングやディズニーのテーマソング等、様々な曲を演奏してくれました。

ピアノとバイオリンの優しい音色は、皆さんの心に刻まれ、素敵なクリスマスプレゼントとなりましたね。



☆1月10日（木）ピラティス①☆

参加者1人ひとりの身体の状態、不調の箇所を確認しながら、姿勢や呼吸を整えていきました。

参加したお母さん達は、とてもリラックスした表情で「身体の筋が伸びて気持ち良かった。」「また参加したい。」と言っていました。

☆1月17日（月）栄養士さんのお話☆

みんなで輪になり、栄養士さんとお話したり、質問をしたりしました。

しっかり噛む事、また、朝食の大切さについてなど、いろいろなお話を聞く事ができました。



ひろば利用状況（12月1日～31日）

単位：人

年齢別	保護者	0歳	1歳	2歳	3歳	子ども計	1日利用者
人数(人)	831	368	356	131	42	897	90.9

関子ども家庭支援センター・関びよびよは練馬区から委託を受け特定非営利活動法人手をつなごが運営しています。関びよびよだよりは NPO法人手をつなご のホームページ<http://tewotsunago.ciao.jp/>でもご覧いただけます。