



ほのぼの 通信

地域交流支援センター「カナリエ」
2021・7・20 第2号



カナリエでは年間を通して色々なイベントを開催しています。参加して顔見知りになることで交流の場にもなっています。お子さんはもちろん、お母さんのためのプログラムも用意しています。今回は体験した感想をご紹介しますね。

パッとしない天気が続きましたが、プレイルームから聞こえる元気いっぱいな声で、毎日「カナリエは賑やかです。中庭では出番の少なからず「ぞうのすべり台(右上)」に「かたつむり」が遊びに来ています。これからは外遊びも思いきり楽しめそうですね!

多目的室から流れる「ハワイアンソング」♪「何をしていますか?」と聞かれることがあります。実は...フラダンスの練習中(見学や体験もできます) センターは地域のサークル活動の場にもなっています。遊びに来た子どもたちが音楽に気がついて、そと背のびして部屋をのぞいたり、立ち止まって耳を澄ませる姿など...とても可愛いです。カナリエは「子育てサークルを立ち上げたい!!」そんな時の活動場所としても利用できます。

歯みがき
アドバイス
歯が生える前に、歯みがきに慣れる方法を聞くことができて良かったです。

おっぱい相談
職場復帰を見据えての断乳。どのタイミングが良いのか迷って相談をして、安心できました。

骨盤の
大切さの話&体操
自分の体のことはつい後回しにしてしまいがちですが、気にかけていこうと思います。

ベビーヨガ
子どもと一緒に体を動かして、スッキリしました。

身長・体重測定
子どもの成長を毎月、楽しみにしています。

こまめな水分補給を!!
遊びに夢中になると、後回しになりがらです。お母さん自身もお子さんと同じタイミングでしっかり飲んでください。熱中症という、屋外で起きやすいイメージが強いと思いますが、室内でも要注意!! 屋外と同じ対策をしましょう。

わらべうた
ベビーマッサージ
動画や本を見ても分からない力の入れ方やポイントが良く分かりました。

次回は「手作りおもちゃ」を紹介します♡

イベントの詳細は、予定表ウラ面を見てください。

