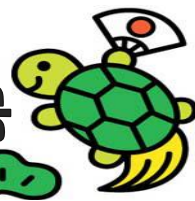


益子町子ども子育て支援拠点施設 ましコッコハウス通信

令和7年

1月号



日	曜	活動内容(10:30~)(貸切は9時~12時)
1	水	休館日
2	木	休館日
3	金	休館日
4	土	親子であそぼう
5	日	親子であそぼう
6	月	♥助産師相談 AM 益子町民限定
7	火	休館日
8	水	手形をとろう
9	木	福笑い
10	金	☀獅子舞製作 AM 益子町民限定
11	土	製作あそび
12	日	親子であそぼう
13	月	休館日
14	火	休館日
15	水	親子ヨガ教室 ☆予約・貸切
16	木	まとあてゲーム
17	金	☀シャボン玉あそび AM 益子町民限定
18	土	製作あそび
19	日	親子であそぼう
20	月	♥赤ちゃんマッサージ AM 益子町民限定
21	火	休館日
22	水	スタンプあそび
23	木	ボールあそび
24	金	☀なわとびあそび AM 益子町民限定
25	土	とっくん号のおはなし会
26	日	親子であそぼう
27	月	♥ママサロン AM 益子町民限定
28	火	休館日
29	水	鬼のお面作り
30	木	ブロックあそび
31	金	☀豆まきあそび AM 益子町民限定

親子ヨガ教室

15日(水)の親子ヨガ教室は、10組までの予約制・貸切となります。

益子町以外の在住の方のお申し込みは、4日(土)からとさせていただきます。

ぜひご参加ください。

※未就園児親子対象です。

今月のママサロン

27日(月)10:30~のママサロンのテーマは『ストレスの発散について』です。

みなさんはどんな工夫をしていますか？

一緒に考えてみませんか？

利用に関して

- ・季節がら、外での活動は気温や天候により変更することがあります。
- ・上着・手袋など、必要に応じて防寒具を持参してください。
- ・家庭からのおもちゃ・遊具は持ち込まず、ましコッコハウスにある遊具で遊びましょう。

ましコッコハウスのプランターに
ビオラのお花を植えました♪



ぞうさんのマークを
選んだよ！
パパにも
教えてあげよう♪

11月28日(木)に7組の親子と花植えを行いました。植えた場所がわかるように動物の立て札を立てました。遊びに来るたびに大きくなったかなと楽しみに見ていくお友達もいました♪

来年度も春と秋に行う予定です。お楽しみに！

♥…赤ちゃん DAY ☀…ましコッチ

《ましコッコハウス開館時間》

☆9:00~16:30

《休館》火曜・祝日・年末年始

《問い合わせ先》☎0285-85-8190



知って得する育脳情報

ましココハウスは「楽しい・おもしろい」体験を通して
たくさんの成功体験「やった!できた!」を積み重ねることによって 脳と心の育ちのお手伝いをしています。

2カ月に一度行っている『親子ヨガ教室』を紹介します。

親子ヨガでは、健康運動指導士の金久保佳子先生を講師に、親子でふれあいながらポーズをとったり、お子さんの身体をマッサージしたりして1時間行います。参加するお子さんの年齢や月齢に合わせ、季節に合うポーズを取り入れ親子でイメージを膨らませながらヨガを行っています。



お母さんのおてては
きもちいいな〜♡



飛行機ぶ〜ん
たかいたか〜い!

身体が伸びて
気持ちいい!



子どもを抱っこしながらの
ポーズは難しいかな…



親子一緒にヨガをすることにより心と体のコミュニケーションを楽しんだり、身体を動かすことでリフレッシュしたり、大きく息を吸う、呼吸を意識することで免疫力を高めることもできます。
お母さんの楽しいという気持ちがお子さんに伝わり「心が伝わる脳」が育ちますね。

次回の親子ヨガ教室は1月15日(水)、3月12日(水)です。参加お待ちしております!