



# センターだより



第125号 令和7年1月1日発行

新年明けましておめでとうございます。年が明け、2025年がスタートしました。お正月は、ご家族でゆっくり過ごせましたでしょうか？(\*^^\*)

去年はたくさんのお子どもたちが遊びに来てくれました！今年も子どもたちが安心・安全に過ごせるように、職員一同頑張ってお参りますのでどうぞよろしくお願い致します♡今月もみなさんのご来館お待ちしております♡

## クリスマスファンタジーありがとうございました

先日、高森湧水トンネルで開催された“クリスマスファンタジー”では、たくさんの方が来園してくださり、ありがとうございました(^)しばらく展示されますので、まだの方はお散歩ついでにぜひ見に行かれてくださいね♪投票の結果は分かり次第ご報告させていただきます(\*^^\*)



## ママの骨盤矯正&ベビーヨガ

晴天の中、2組の親子が参加してくれました。少し身体を動かしながら、自己紹介をし、便秘解消のベビーマッサージとヨガを行いました。最後に用意されていたお茶をみんなで飲んで、ほっと一息リラックスタイムとなりました。



## クリスマスリースを作ろう

今年はコットンボールや木の実を使ってクリスマスリースを作りました。材料を手に取り、配置を考えるママたちの横顔は職人のよう！真剣ですが、楽しくおしゃべりしながらかわいいリースを完成させていました。子どもたちは段ボールバスに乗ったり、ステージに登ったり、元気いっぱい遊んでいました(^)





# 高森町子育て支援センター予定表

☆開館時間10時～15時☆

住所 高森町大字高森1621-5

TEL 0967-62-3311



月	火	水	木	金	土	日
		1 元日	2 休み	3 休み	4 休み	5 休み
6 仕事始め	7 すくすくデー	8	9	10	11 休み	12 休み
13 成人の日	14	15	16	17	18 休み	19 休み
20	21	22 ママの骨盤矯正 &ベビーヨガ	23	24	25 休み	26 休み
27	28	29	30	31 クッキング &食育相談会		

## ママの骨盤矯正&ベビーヨガ

日付:1月22日(水)

時間:10時半～

場所:色見総合センター

準備物:麦茶などの水分補給ができるもの、タオル、動きやすい服装

内容:講師の先生に産後緩んだ骨盤低筋群を引き締めるエクササイズやベビーとのふれあいヨガを教えていただきます♪

\*センターは終日閉館します。

## クッキング&食育相談会

日付:1月31日(金)

時間:10時30分～

場所:上色見総合センター

準備物:調理エプロン、必要な方は幼児用エプロン、飲み物

内容:栄養士、保健師と一緒に1歳児くらいの1回分の食事を作ります♪

その後、みんなで作った昼食を食べながら食育講座や食育相談をします。

準備がありますので、前日までに予約をお願いします(\*^^\*)

\*センターは終日閉館します。

マークが自由来館となります。