

## 「お母さんヨガ」9月30日(火曜日)

9月の子育て講座は、フィットネスアドバイザーの福岡永告子さん・上田美樹さんをお招きして、本格的なヨガを教えてくださいました。ヨガの講座はすっかり恒例になって、今年もたくさんの申し込みがありました。体調不良や用事が出来てしまい、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19人のお母さんが気持ちのよい汗を流しました。ゆったりとしたヨガの後には、お母さんが育児に気持ちを切り替えられるようにと、エアロビクスのように音楽に合わせて体を動かす時間もあって、とても充実した内容でした。講座終了後はすっきりした表情のお母さん達。ちょっとしたリフレッシュが出来たのではないのでしょうか。



## ミニ運動会

10月の金曜日は、年齢別カリキュラムでミニ運動会をしました。第1週の金曜日(3日)は、よちよち歩きの子達『ひよこさん』で13組の親子が参加しました。初めての運動会となる子が多かったですが、親子で楽しんで参加していましたね。「持ってきて」では、カードと見比べてお母さんと一緒に探していました。見つけた時は「一緒だね～」ととても嬉しそうでしたね。第2週の金曜日(10日)は走れる子達の『うさぎさん』で18組の親子が参加しました。みんなで力を合わせてのリレー競技、今年は何れも接戦で、お母さんもついつい力が入ってしまいましたね。親子のふれあいがいっぱい競技にお母さんも子どももとっても楽しそうでした。

運動会終了後は、みんなで記念写真を撮ってからわくわく館に戻って、頑張ったご褒美にメダルをもらいました。お母さんにメッセージを書いてもらった、世界に一つしかない自分だけのメダルを首にかけて一人ずつ写真を撮りました。この運動会にあたって、ピーンズママの皆さんと子育てボランティアの皆さんに沢山のお手伝いをしていただいています。本当にありがとうございます。



## ゆっくりで大丈夫

わくわく館では毎日、読み聞かせの時間を設けています。最初から最後まで見ていられる子もいれば、他の遊びへ行ったり、動き回ったりする子もいます。「うちの子はどうして座ってられないのかな？」と心配に思うお母さん、大丈夫ですよ。それは、『座って絵本を見ること』を知らないからなんです。絵本はまず、1番安心できるお母さんの膝の上で、読んでもらうことから始まります。それは子どもにとって格別に幸せな時間です。まだ絵本の内容はわからない時期でも、お母さんの膝の上での幸せな時間は覚えています。そんな幸せな『経験』を重ねていくことで、絵本の楽しさを知っていきます。

「座って見なさい」「ちゃんと見なさい」と怒られてしまったら、絵本の時間は座っていないと怒られるいやな時間になってしまいます。楽しみながら、ゆっくり何度も『経験』していくことで、絵本の楽しさや、座ってみる事がわかり、集団でも絵本が見られるようになってくると思います。

## ～11月の子育て講座～

11月18日(火曜日) 「芸術の秋を楽しもう」 開場 9:30 開始 10:00

講師 千代 明さん 対象 きりんさん(誕生日がH24年3月以前の子)

先着15名(定員になり次第締め切りますのでご了承ください)

申し込みは11月1日(土)15日(土)です。