

December



2 0 2 5

SPECIAL ISSUE
v o l . 280

土居ひまわりこども園

Sun Flower Life

先月の育児講座

11月18日(火)の育児講座ではジェイ・コミュニケーション・アカデミーの宮崎規預子先生に来ていただき、アルファビクスを開催しました。

専用のゴムバンド(アルファバンド)を使い、ヨガのような動きをして全身運動をしていきます。凝っている肩や背中、腰などをゆったりとした動きでストレッチ。最初は伸びにくかった所も少しずつほぐれていくと心地よい痛みに変化していきます。ゴムバンドの負荷もあるので無理のない筋力トレーニングにもなり、継続して行うことで引き締め効果も期待できそうでした♪

先月の様子

●出張保育

11月12日(水)は、日吉公園でも出張保育。今回は、宝探しゲームやかかけっこをして遊びましたよ。最後は高い高いをしてもらい嬉しそうな子どもたちでした♪

●寝相アート

11月14日(金)は、毎年恒例となりつつある年賀状仕様の寝相アートでした。紅白の背景やディスプレイにも負けないくらい可愛い子どもたちの笑顔に私たちも癒されました♪クリスマスを通り越してお正月気分を感じた時間でした。



ジェイ・コミュニケーション・アカデミー

宮崎 規預子 先生

11月18日(火)は、ジェイ・コミュニケーション・アカデミーの宮崎規預子先生によるアルファビクスが開催されました。アルファビクスとは腹式呼吸を行いながらヨガの動きがベースとなった運動法で、専用のゴムバンド(アルファバンド)を使って子どもからお年寄りまで手軽に取り組める運動です。今回はお母さんが主役のエクササイズ！アルファバンドを使って全身のエクササイズをしていきました！子育てしていると凝りがちな肩や背中、腰などをゆったりとした動きで無理なくほぐしていくことができましたよ。また今回はお母さんが主体となったプログラムだったので、いつも子育てを頑張っておられるお母さんにとってはちょっとした気分転換になったようで「すっきりしました！」と笑顔で帰られたお母さんたちでした。



腹式呼吸を意識



背中ストレッチ



本格的なポーズ



上手に真似っこしますよ

寝相アート・フォトブース



かわいい♡



大きくなってきたよ！



素敵なツーショット写真



撮影風景

11月の様子

11月14日(金)は毎年恒例のお正月寝相アート撮影会を開催しました。今年も寝相アートの他にフォトブースコーナーも設け2か所で撮影し、4カ月の赤ちゃんから2歳の子どもまで綺麗に着飾って参加してくれました。突然の寝相アートにびっくりして寝転がることを嫌がってしまう子どももいましたが、座って撮影できるフォトブースを準備していたので、そこでは泣かずに撮影することができましたよ！とてもかわいい写真が撮れました♡

出張保育 in 日吉公園

11月12日(水)は日吉公園での出張保育がありました。今回の出張保育はスタンプカードに書いてあるミッションをクリアするとスタンプを押してもらえという内容で、かけっこをしたり宝探しゲームをしたり子どもたちはお母さんと一緒に次々とミッションクリアしていましたよ！スタンプが全部たまるとたかいたかいをしてもらい嬉しそうな子どもたちでした。



宝物見つけた！



ミッションをクリアするとスタンプがもらえるよ



お片付けも上手にできたよ



たかいたかーい



12月の予定

予約日時: 12月8日(月)13:30～ ※空きがあれば随時受付しています

予約申込: 申し込み受付はFineひまわり保育園になります(Tel:06-6998-9090)



イベント

電話予約(Tel:06-6998-9090)

内容	対象	日時	講師名または備考	場所
キッズ体操	歩行が安定した 子ども～5歳の 子どもと保護者	10日(水) 11:30～12:00	服 装:動きやすい服 持ち物:飲み物	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)
育児講座 『英語リトミック』	1歳～3歳の 子どもと保護者	11日(木) 10:00～11:00	講 師: 菊池 仁美氏	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)
誕生日会 ハーフ バースデー会	12月生まれ または 生後6ヶ月の 子どもと保護者	16日(火) 10:00～11:00	・誕生日カードがあります ・誕生日児はフォトブースでの撮影 ハーフバースデーは寝相アート 撮影会があります	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)
クリスマス制作	1歳～5歳の 子どもと保護者	18日(木) 10:00～11:00	服 装:汚れてもよい服 持ち物:はさみ・のり	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)
クリスマス会	0歳～5歳の 子どもと保護者	19日(金) 10:00～11:00	クリスマスプレゼントがあります	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)

開 放 ネット予約(下記 URLかQRコードを読みとってください)

開放	0歳～5歳の 子どもと保護者	月～金曜日 10:00～15:00	自由に遊べる遊び場として開放 していますのでぜひ親子で遊びに 来てくださいね。	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)
避難訓練	0歳～5歳の 子どもと保護者	9日(火) 時間未定	Fineひまわり保育園の園児と一緒 に避難訓練に参加します。	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)
身体測定	0歳～5歳の 子どもと保護者	12日(金) 終日	身長・体重・頭囲・胸囲を計測しま す。	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)
絵本の 読み聞かせ	0歳～5歳の 子どもと保護者	毎週月曜日 10:05～ 10分程度	手遊びをした後絵本を3冊程度読 みます。	土居ひまわりこども園 地域子育て支援センター (Fine ひまわり保育園施設内)

12月29日(月)～1月2日(金)は支援センター室を閉室とさせていただきます。

写真掲載について



子育て支援誌やホーム
ページで写真を掲載す
ることがありますので予
めご了承ください。



車での来園について

車での来園は一時駐車含め歩行
者の妨げになり周辺地域のご迷惑
となります。また子どもの安全の為
禁止しております。ご協力お願いし
ます。



お願い

キャンセルは当日朝8:50までにお願
いします。イベントに参加される方は開始5
分前から開始時間までにお越しください。
早く来られた場合は外で待っていただく
ことがありますので予めご了承ください。



子育て支援センター室 開放



地域子育て支援センター室を開放しています。子どもが楽しめるおもちゃや遊具を用意しているの
で是非、親子で遊びにきてください。事前に専用QRコード又はURLからご予約もできます。

URL: <https://select-type.com/rsv/?id=aa2e99XB4Kw>



土居ひまわりこども園

地域子育て支援センター: 06-6998-9090

(※Fine ひまわり保育園施設内にありますのでお間違えにならないようご注意ください)

開 放 時 間: 10:00～15:00

対 象: 守口市在住の保育園・幼稚園・こども園などに
通園しておらず家庭で子育てされている方