



【ワクワクタイムのお楽しみ】



	わらべうた ベビーマッサージ	誕生会・身体測定
時間	10:30~11:15 ※12:00までベビマ参加者優先	10:30~11:15
対象	ハイハイ前のお子さん におすすめです	未就学児
持ち物	バスタオル	必要ありません
4月	8日(火) 22日(火)	14日(月)
5月	13日(火) 20日(火)	26日(月)
6月	3日(火) 17日(火)	13日(金)
7月	8日(火) 22日(火)	28日(月)
8月	5日(火) 26日(火)	19日(火)
9月	9日(火) 30日(火)	16日(火)
10月	7日(火) 21日(火)	23日(木)
11月	4日(火) 18日(火)	21日(金)
12月	2日(火) 16日(火)	5日(金)
1月	13日(火) 20日(火)	15日(木)
2月	3日(火) 17日(火)	13日(金)
3月	10日(火) 24日(火)	6日(金)

《絵本読み聞かせの日》
ソフィアセンタースタッフによる絵本の読み聞かせです。たくさんの絵本がソフィアセンターからやって来ますよ。

【開催日】 5月8日(木)
7月3日(木)
9月4日(木)
11月6日(木)
1月8日(木)
3月5日(木)



【時間】 午前 10:30~11:00
【場所】 元気館ジャングルキッズ

《あいう絵♥本》
絵本とふれあいながら、子育てを楽しむためのプチ講座です。

【開催日】 4月24日(木) 
5月22日(木) 
6月19日(木) 
7月24日(木) 
8月21日(木) 
9月25日(木) 
10月30日(木) 
11月27日(木) 
12月18日(木) 
1月22日(木) 
2月19日(木) 
3月26日(木)

※月1回の開催です。
【時間】 午前 10:30~11:30
【場所】 元気館ジャングルキッズ
【講師】 渡邊 麻美さん(絵本専門士・JPIC 読書アドバイザー)

《平日のお楽しみタイム》

【ワクワクタイム】 午前 10:30~ 手遊び・シアター 体操・楽器遊び など	【キラキラ絵本】 午後 1:00~ 手遊び 絵本の読み聞かせ
--	---



～元気館 子育て講座 年間計画～



「子育てキラキラ講座」「親子であ・そ・ぼ！」は
3歳以下（未就園）のお子さんと保護者を対象に
開催しています。

☆子育てキラキラ講座：保護者、プレママ・パパ向けの学びの講座

- ・予約制…各講座40組程度(お子さん1人につき保護者2人)
- ・保護者のみの参加も可能
- ・空き状況によっては、就園している場合も保護者のみの参加が可能

☆親子であ・そ・ぼ！：親子で一緒に楽しむ講座

- ・予約制…各講座40組程度(お子さん1人につき保護者1人)

★来館時の手洗いにご協力ください。



【子育てキラキラ講座】

回	月 日	時間・対象年齢	テーマ	担 当
1	5月28日 (水)	10:30～11:30 (0歳～1歳6か月位)	～1人目から知りたかった！～ 離乳食のきほん	健康推進課 栄養士
2	6月11日 (水)	10:30～11:30 (3歳以下)	0歳からの歯とお口の健康	歯科医師 犬井 正先生
3	7月16日 (水)	1:30～2:30 (3歳以下) *午後開催です	もっと知ろう！子どもの病気	小児科医師 穠吉 秀隆先生
4	9月10日 (水)	10:30～11:30 (3歳以下)	早寝・早起き・バランスごはん ～入園に向けて今からできること～	保育課 栄養士
5	10月15日 (水)	10:30～11:30 (3歳以下)	仕上げ磨き、これで完璧！ ～みんなで一緒にやってみよう～	健康推進課 歯科衛生士
6	11月26日 (水)	10:30～11:30 (3歳以下)	“もしも”の時に守れる親になる ～心肺蘇生法や誤飲対策を学ぼう～	消防署 救急救命士
7	12月10日 (水)	10:30～11:30 (3歳以下)	イライラとうまく付き合うコツ ～親子のためのアンガーマネジメント～	子育て支援課 精神保健福祉士
8	3月18日 (水)	10:30～11:30 (3歳以下)	ぴよんちゃんの交通安全教室 ～楽しく学ぼう！交通ルール～	市民活動支援課 交通指導員



【親子であ・そ・ぼ!】



※3歳以下(未就園)のお子さんと保護者が対象です。

回	月日	時間	テーマ	担当
1	4月17日 (木)	10:30~11:30	アンパンマン体操と親子ピクス ~抱っこで参加OK!親子ヨガもあるよ~	インストラクター 桑田 尚子さん 渡辺 結衣さん
2	5月15日 (木)	10:30~11:30	親子でリズムエクササイズ ~音楽に合わせて楽しく動いてみよう~	インストラクター 小山 久子さん
3	6月25日 (水)	10:30~11:30	たなばた ~短冊に願いを込めて~	保育支援係 保育士
4	7月31日 (木)	10:30~11:30	親子のための音楽コンサート ~曲に合わせて楽しみましょう~	音楽講師 山口 千明さん
5	8月27日 (水)	10:30~11:30	親子でにこにこリラックスヨガ ~親子ヨガでリフレッシュタイム~	ヨガ講師 砂長谷 真梨子さん
6	9月18日 (木)	10:30~11:30	うんどうかい ~みんなでよ~いどん!~	保育支援係 保育士
7	10月1日 (水)	10:30~11:30	リトミック ~親子で心地良い時間を過ごしましょう~	リトミック講師 大信 ひとみさん
8	11月12日 (水)	10:30~11:30	えほんライブ ~親子で楽しむ絵本タイム~	絵本専門士 田村 いづみさん 渡邊 麻美さん
9	12月24日 (水)	10:30~11:30	クリスマスコンサート ~きれいな歌声を楽しみましょう~	音楽講師 板谷 圭美さん 柳 香奈さん
10	1月28日 (水)	10:30~11:30	せつぶん ~大人も子どもも鬼は外!福は内!~	保育支援係 保育士
11	2月25日 (水)	10:30~11:30	ひなまつり ~桃の節句をお祝いしましょう~	保育支援係 保育士
12	3月12日 (木)	10:30~11:30	ふれあいあそび ~子育てのポイントや楽しみ方も学べます~	保育士 春川 康恵さん



柏崎市HP
子育て・教育



すくすくネット
かしわざき

詳細は、柏崎市HPや
すくすくネットかしわざき
でご確認ください。

