

# 2022年7月 こあらだよ!

暑い夏がやってきました。暑い夏を乗り切るポイントとして、冷房器具を上手に利用する、生活リズムを作る、水分を十分取る、外に出るときは紫外線対策として帽子をかぶったり、服を工夫したりして下さい。ポイントを参考にして暑い夏を乗り切りましょう。又コロナ対策を取りつつ、夏ではの遊びを考えて夏を楽しんでみて下さい。

神田保育園 子育て支援センター「こあら」  
TEL: 088-833-7077  
高知市神田2098-2 (株) 山崎技研内  
月~金曜日 (※土、日、祝日は休み)  
9:15~11:30 12:30~15:15



日付	予定
1 金	
2 土	
3 日	
4 月	
5 火	
6 水	子育てママ向け身体のメンテナンス講座
7 木	助産師育児相談
8 金	アタッチメントベビーマッサージ
9 土	
10 日	
11 月	
12 火	
13 水	
14 木	よちよちランド
15 金	
16 土	
17 日	
18 月	
19 火	
20 水	
21 木	誕生日会
22 金	アタッチメントベビーマッサージ
23 土	
24 日	
25 月	身体測定
26 火	身体測定
27 水	
28 木	
29 金	
30 土	
31 日	

身体測定 25日(月) 26日(火)

身長、体重をはかります。

誕生日会 21日(水)

7,8月生まれのお友だちを皆でお祝いします。

時間: 11:00~

誕生日カードプレゼント

7,8月生まれの子どもさんで誕生日会に参加する方は誕生日カードのプレゼントがあります。参加希望者は声を掛けて下さい。

子育てママ向け身体のメンテナンス講座 6日(水)

時間がない・忙しい子育てママに、自宅で出来るケアの仕方(骨盤矯正、肩こり、ダイエットetc.)を目的とした身体のメンテナンス講座です。

時間: 10:30~11:00

講師: 柔道整復師 和田 侑也氏

助産師育児相談 7日(木)

妊娠・出産・育児等助産師が相談に応じてくれます。気楽においで下さい。

時間: 13:00~15:00

アタッチメントベビーマッサージ 8日(金) 22日(金)

マッサージをしながら子どもさんとのふれあいを楽しみませんか? \*希望者は7月5日(火)までにお申し込み下さい。(1回でもOK)

8日: 上半身 22日: 下半身 時間: 14:00~

\*バスタオル、着替え、おむつを持参して下さい。

講師: アタッチメントベビーマッサージインストラクター 入野 暁子さん

よちよちランド 14日(木)

親子絵本ふれあい事業「よちよちランド」をこあらでも開催することになりました。個別通知のあった方は絵本の交換ができます。ふれあい遊びや絵本の読み聞かせ、参加者同士の交流 情報交換等もできます。

時間: 14:00~15:00

