

### おやかきらりんひろば

〒914-0121 敦賀市野神1-74  
福井県民生協嶺南寮 1F

TEL/FAX 0770-24-7517

ひろば <http://www.kirakiraclub.org/kirarin>

きらきら <http://www.kirakiraclub.org/>

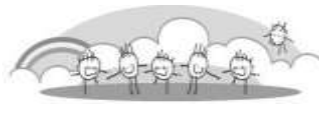
# きらりんひろば 通信

## ♡うきうきする季節になりました♡

日本の4月は、スタートの季節。ぴかぴかの制服を身につけている子ども達を見かけると私達大人も心新たに  
なりますね。さくらの花や菜の花など周りの景色もパステルカラーになり、心和む季節です。四季があるって素敵だ  
と感じます。言葉に出来ない赤ちゃん達も、今しか見る事の出来ない素敵な景色を楽しんでほしいなと思  
います。のびのびと外で遊び、「きれい」「すてき」をいっぱい感じ、心豊かに今年度のスタートを切って  
ください。

代表 林 恵子

## 4月の行事



### 4月の子育て支援講座

#### 「引き締めたい☆ママのためのラジオ体操！！」

～育児で疲れた体をリフレッシュ！春に向かって綺麗ママに～

4月25日(火) 10:00～11:00

場所: おやかきらりんひろば ★通常ひろば: 11:30～

3分間で約350種類以上の筋肉をまんべんなく動かし計算し  
尽くされた全身運動、それが『ラジオ体操』です。『全国ラジオ  
体操連盟ラジオ体操指導士』の小豆澤かおり先生をお迎えし  
て、ママのためのラジオ体操を開催します。正しい動きをマ  
スターして、毎日の生活にラジオ体操を取り入れてみませんか？

★講師: 小豆澤かおり(全国ラジオ体操連盟ラジオ体操指導士)

★対象: 産後5ヶ月以上の方(体を引き締めるための全身運動になるので)

★持ち物: 汗拭き用タオル、お茶等の水分

★参加費: 無料 ★要申込(先着10名)



### 育児で疲れた体をリフレッシュ

#### ☆アロマの香りでリラックス&セルフフットケア☆

4月28日(金) 10:00～11:00

場所: おやかきらりんひろば ★通常ひろば: 11:30～

先輩ママで市内でリラクゼーションのお店をされている山岸  
さんに、アロマの効能のお話を聞いたり、自分で出来るフット  
ケアを教えてください。また、アロマを使った手浴も  
行います。心も体もほぐしてリフレッシュ  
しましょう♡

★持ち物: 洗面器・手拭き用のタオル

★ひろば協力金: 100円 ★要申込(先着10名)



### ～ひろば de 前髪ちょきちょき～

4月17日(月) 10:00～11:30

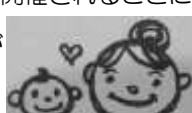
気付くと伸びている子どもの前髪。子どもの髪の毛って、細くて  
柔らかくて…、おうちで切るのはなかなか大変！ひろばの先輩  
ママで美容師の橋本さんが、手早くカットしてくれますよ♪  
※申込不要ですが、11:00までにひろばにお越しいただき、受  
付を済ませてください。

★ひろば協力金: 300円 ★持ち物: タオル

### ☆ひろばでママカフェ☆ 場所: おやかきらりんひろば

4月18日(火) 10:00～15:00

これまで、ハーツオアシスで開催されることが多かった『ママ  
カフェ』ですが、今月初の試みとして、ひろばで開催されること  
になりました。頑張るママさんがホッとひと息、  
息抜きできる場所を提供したいと有志のママが  
立ち上げた『ママカフェ』。今回も、パンや  
古着の販売などを計画しています。  
詳細は別途チラシをご覧ください。



## こどもの国 出張ひろば

毎週 水曜日 10:00～15:00

◆場所: こどもの国(児童文化センター)  
本館2F 第2幼児室 住所: 敦賀市櫛川42号2番1

★毎月1回、昇平先生の「親子運動遊び」開催!

4月19日(水) 10:30～11:30

「サーキット遊び」

対象: 歩けるお子さんと、その保護者(申し込み不要)  
こどもの国「ホール」に集合して下さい!

## ♡4月生まれのお友達のお誕生会♡

4月20日(木) 10:00～

場所: おやかきらりんひろば



毎月、その月に生まれたお友達のお誕生会を開催しています。  
お誕生月でないお友達も、みんなでお祝いしてあげてね! 後日、  
お誕生会のお写真を使った新聞をプレゼントしています。

## ☆歯の相談日☆ ★参加費: 無料

4月10日(月) 15:00～16:00



お子さんのお口のことで、気になることはありませんか? 山口  
歯科医院の歯科衛生士 山口幸子さんをお願いして、  
お子さんの口内チェックをしていただきましょう。  
相談の申込みは不要ですが、来られた方から順番に診ていただき  
ますので、時間に余裕を持ってお越しください。

## ～子育て相談～

こんな小さなこと、相談していいのかな? こんなのがって育児放棄??  
子育てに悩みや心配事はいっぱい。どうしよう…。困ったなあ。  
イライラする! 辛い…。そんなとき、いつでもご相談ください。  
NPO 法人日本子育てアドバイザー協会の認定アドバイザーが、  
お話を伺います。相談の内容は、一切口外いたしません。

相談員認定アドバイザー 林 恵子 相談日ご相談に応じて  
申込みおやかきらりんひろば ☎0770-24-7517  
メールでもOKです!

## おやかきらりんひろば

月～金曜日

10:00～16:00

(土日・祝祭日は休館)

対象: 未就園児の親子

祖父母の方と一緒に利用でき  
ます。ご利用は無料です!

