



にこにこだより

2020年1月号

あがの子育て支援センターにこにこ

阿賀野市岡山町13-23 ☎0250-62-5581



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
❀※はフリールームでおこないます。			【年末年始休み】12月29日(日)～1月5日(日)			
5 年始休み	6 お休み	7 お休み	8 GO!GO!えいご	9	10 ・にこにこ リトミック	11
12 にこにこ 木育広場	13 お休み	14 お休み	15 ・リラックス ボディケア ・にこにこ おはなし会	16 ・大きくなったかな 週間 ・子育て情報誌作 成のための おしゃべりcafé	17 ・ママのための エクササイズ ・にこにこ なんでも相談	18
19	20 お休み ※花どけい	21 お休み ※産後ケア	22 ・手形アート教室	23	24 ・おたのしみ タイム	25
26 GO!GO!えいご	27 お休み	28 お休み	29 ・工作会 ※ベビーフォト 教室	30 ・にこにこ なんでも相談	31 ・にこにこ ティータイム (足育編)	

- ・15日(水) ママへ贈る リラックスボディケア(当日先着順) 9:30～
- ・15日(水) にこにこおはなし会 11:00～ にこにこスタッフによる絵本の読み聞かせ
- ・16日(木)～18日(土) おおきくなったかな週間(発育測定)身長と体重が測れますよ
- ・17日(金) ママのためのエクササイズ 10:00～11:00
- ・24日(金) おたのしみタイム 11:00～ リズム体操をしたり、歌ったり・・・内容は毎月変わります。
- ・29日(水)、30日(木) 工作会

「にこにこなんでも相談」

助産師、栄養士に相談できる日です

17日(金) 正午～16:00(助産師)

13:30～15:30(栄養士)

30日(木) 13:00～16:00(助産師)

ママへ贈る「リラックスボディケア」

15日(水) 9:30～

家事や育児に奮闘中のママを応援☆腕や手を中心に肩、首、背中をほぐします。

◆定員：当日、先着5名様 ※電話予約は受け付けません。

初参加のみ。

ママのためのエクササイズ

17日(金) 10:00～

骨盤体操でリフレッシュしませんか？

工作会

29日(水)、30日(木)

節分の豆入れを作ります。





阿賀野市「塾のコンビニ！市民総活躍のまちづくり」事業



・8日(水)・26日(日)

GO!GO!えいご

10:00~11:00

・12日(日) にこここ木育広場

10:00~12:00

にこここリトミック

10日(金) 10:00~10:30

「動く体」「聞く耳」「感じる心」親子で楽しく音育はじめませんか？ ※申込み不要

◆講師：成田 先由海さん
(音楽教室・リトミック教室 主宰)

子どもの「今」をステキに残す☆ 手形アート教室

22日(水) 10:00~11:25

お子さんの手形や足形をモチーフにして、アート作品をつくってみませんか？

成長記録や誕生日の記念、じいじ・ばあばへのプレゼントにも。

3つの時間帯のいずれかを選んでいただけます。

- ① 10:00~10:25
- ② 10:30~10:55 ※1回当たり25分程度
- ③ 11:00~11:25

◆対象：一人でお座りできる~1歳半までの赤ちゃんとママのペア

◆定員：各回先着4組 合計12組
※要事前予約
1月8日(水)より予約受付開始。

◆講師：子育て応援 ふわっち
五十嵐 貴子さん

子育て情報誌作成のための

おしゃべりcafé

16日(木) 10:00~11:30

「阿賀野市の子育て情報誌」を作成します。お茶を飲みながら、情報交換しましょう。

※申込み不要

カメラで親子コミュニケーション・ ベビーフォト教室

29日(水) 10:20~11:30

可愛いわが子の姿をありのままにそのままに☆可愛く写真に残すためのちょっとしたコツをお伝えするミニ講座。

お手持ちのスマホやカメラでお子様を撮りながら楽しんでください。

◆定員：6組 ※初参加の人のみ
1月8日(水)より
予約受付開始。

◆持ち物：カメラまたはスマートフォン、
筆記用具
※講座内では各自のカメラ設定については触れません。

◆講師：荒木 亜紀さん
(ロイヤルセラピスト協会認定講師)

にこここティータイム ~ 足育編 ~

31日(金) 10:00~11:20

ゆったりお茶しながら、足の悩みについて、講師からアドバイスをもらおう！

◆講師：佐々木 あゆみさん

※申し込み不要ですので、
お気軽にご参加ください♪

【受付】あがの子育て支援センター
にこここスタッフまで☎0250-62-5581