



# 保育室の仲間になりませんか♪



東大和市には、中央・南街・上北台の3つの公民館に保育室があります。  
 小さな子どもを連れてこなくては活動できない保護者がグループ活動をしている間、  
 子どもたちは友だちと一緒に遊んだり、おやつを食べたりして保育室で過ごしています。  
 初めは泣いていても、回を重ねるごとに自分の居場所となっていくます。

小さな子どもをもつ保護者にとっても、同じ地域にたくさんの友だちが増え、その仲間といろいろな学び合える場所となります。  
 また、いろいろな人の子育てを知ることでもあります。保育室の利用は満9か月～就学前までですが、0歳児のお子さんを連れて活動できるグループもあります。

グループ名	活動日	グループ紹介（内容）	グループ名	活動日	グループ紹介（内容）
中央公民館	絵本の会	(木) 月3回 子どもの心にとどくステキな絵本の世界 絵本の世界に大人も入り込める癒しの時間を一緒に楽しんでいます。 和やかな雰囲気、絵本にまつわる子育てエピソードや絵本の選び方・親子で楽しめる絵本の楽しみ方など学んでいます。	南街公民館	おうちモンテッソーリの会	(金) 月1回 モンテッソーリ教育を先生を招いて学んでいます。家庭でも実践できるものに落とし込んで教わり、1か月それぞれが家で実践し、変化や成果をみんなで共有しています。
	みらくるママ	(火) 月2回 子育て中のママ同士で作品作りや料理など興味のあることを毎回違った内容で活動しています。 ・バスボム作り・お菓子作り ・キャンドル作り・クリスマスツリー制作 ・講師を招いてヨガレッスン などなど♪	上北台公民館	りらくママ	(金) 月2回 未就園児がいるママ達が明るい講師のもと楽しくヨガを行っています。和気あいあいとした雰囲気でも心も体もリフレッシュできます。お子さんと一緒にいつでも見学&体験できます♪
	DJママ	(火) 月1回 『DJママ』は、「どんな時でも大丈夫！」からきています。どんなに子育てに不安になっても、大丈夫！と思える自分を目指そう♪と、できたサークルです。講師の先生をお招きして、子育ての悩みなどを【アドラー心理学】の視点で、先生を交えてみんなでおしゃべりしています。	上北台公民館	ゆる体操ゆるり	(金) 月2回 身体をゆるゆるにゆるめる、健康効果の高い体操です。簡単、軽度で安全な運動なのでシニアの方、妊婦さんも大歓迎！笑いあふれる楽しい体操です。また保健師の資格を持つ講師の先生と、子育ての悩み、体の不調の悩みなども質問相談し合いながら、ゆるゆる体操しています。
	ばーすでい	(火) 月1回 気軽な運動や手芸など、毎回メンバーが興味のあることを持ち寄って和気あいあいと活動しています♪子育てママ同士、楽しくホッとする時間を一緒に過ごしませんか？ ・空手で美 BODY エクササイズ ・お菓子作り ・フェルトのおもちゃ作り などなど♪	※グループの内容・運営については、各グループで決めています。		

## 問い合わせ先

中央公民館 042(564)2451  
 南街公民館 042(564)2771  
 上北台公民館 042(567)2691

発行：東大和市立公民館 令和4年1月



## 令和4年度 公民館主催保育付き講座予定表

中央公民館 前期 5月～ 9月頃(水)  
 後期 10月～ 2月頃(水)  
 南街公民館 前期 9月～10月頃(火)  
 後期 10月～12月頃(火)  
 上北台公民館 11月～ 2月頃(木)

※詳細はこうみんかんだより等に掲載されます。ぜひご参加ください。