



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きます。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）
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 などなど♪	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。
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。	※現在、保育室利用の会員はおりませんが、体験講座は実施する予定です。 体験講座で入会された方のために保育室利用の再開ができます。 ◎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。		
ごきげん ママ	(土) 月1回	講座から立ち上がった、「ヨガ」を中心に活動している仲間です。 月に一度土曜日にヨガインストラクターを招いて、緩く、癒しの時間として優しいヨガを学んでいます。毎回、育児の悩み等も相談し合う時間も取ります。			
DJ まま	(土) 月1回	『DJ まま』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。			

中央公民館

上北台公民館

令和6年度
 公民館主催保育付講座予定表
 中央公民館 9月～1月頃（金）
 南街公民館 前期 実施済 後期 1月～3月頃
 上北台公民館 9月～11月頃（木）
 ※詳細は、市報やこうみんかんだよりに掲載されます。ぜひご参加ください。

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

