

横浜市私立幼稚園等はまっ子広場事業

おひさまくらぶ通信 NO.5

2021.8

港南台幼稚園

港南区港南台 5-17-1

☎832-0248

～8月もおひさまくらぶやってます～

・イベント&部屋開放

月・水・金 10:30～11:15

・園庭開放

月・水・金 ○11:15～12:00

月～金 ◎14:00～15:30

★ 託児あり



HPはこちらです

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2 ○ ☀️水あそび ☂️室内あそび 定員 10組	3	4 ○★ セルフ整体 定員 8組	5	6 ○ ベビトレヨガ 定員 8組	7
8 山の日	9 10 11 12 13 14 幼稚園休業日 9日(月)～16日(月)					
15	16	17	18 ○ ベビトレヨガ 定員 8組	19	20 ○★ ママヨガ 定員 8組	21 ○★ 産前産後ヨガ 定員 8組
22	23 ○ ☀️水あそび ☂️室内あそび 定員 10組	24	25 ○★ セルフ整体 定員 8組	26	27 ベビトレヨガ 定員 8組	28
29	30 ○◎★ 足育のお話 定員 5組		9/1 ○◎ 未定		2 ○◎ 未定	

※8月9日(月)～16日(月)までは、幼稚園休業日です。予約受付もお休みになります。

※イベントはお子さんと一緒に参加出来ます。★のついているイベントは、保育者が託児します。お母さんは、イベントにゆっくり参加できます。

※0歳～3歳(2018.4.2～2019.4.1生れ)のお子さんがいらっしゃる方、妊娠中の方も参加していただけます。

NEW!

<p>8/21(土) 産前産後ヨガ 10:00～10:45 園庭開放 10:45～12:00</p>	<p>定員:8組 場所:幼稚園ホール (ヨガ終了後は園庭開放となります)</p>	<p>★座ったり寝たりするポーズだけで高いリラックス効果が得られます。気分がリラックスすることで、ストレスの解消、免疫力の向上にも効果があるそうです。参加してみませんか？</p>
--	--	---

【しゃぼんだま・水遊び】 定員 10 組 場所:園庭

- ・シャボン玉遊びや水に触れてあそびませんか？(プール遊びではありません)着替えやタオルをご用意ください。
- ・雨天時は幼稚園のホールで楽しく遊べるものを用意します。
- ・小学生のごきょうだいも参加できますが、内容は小さい子向けになっています。

【セルフ整体】 定員 8 組 場所:幼稚園ホール 講師:港南接骨院整体師

- ・肩こり腰痛の困っていませんか？また、産前産後の骨盤のリセットにもどうぞ。港南接骨院のスペシャリストの女性の先生が教えてくださいます。

【ベビトレヨガ】 定員8組 場所:幼稚園ホール 講師:ベビトレヨガインストラクター

- ・0～3歳(2018.4.2～2019.4.1生まれ)のお子さんと一緒にできるヨガです。どなたでもできるプログラムですのでお気軽にご参加ください。
- 産後、医師より体を動かしてよいと許可が下りていることが条件です。心配なことがありましたら事前にご相談ください。小学生のごきょうだいも一緒に参加できます。

【ママヨガ】 定員8組 場所:幼稚園ホール 講師:ヨガインストラクター

- ・産前産後の方も参加できます。ゆっくりと自分の体と向き合ってみませんか？

【足育のお話】 定員 5 組 場所:ひなたぼっこの部屋 講師:杉田接骨院院長

- ・足は体を支える土台です。生涯健康な身体でいられるために、今、お子さんにしてあげられること、そしてご自身もできることなどをお話ししていただきます。靴選びのポイントなども実際の靴を見ながら教えていただきます。親子ともにサンダルではなく靴でお越しください。

◆イベント参加の注意事項

- ・ご参加の際、体を動かすにあたり注意すること、心配なことがありましたら、事前に講師にお伝えください。
- ・どのイベントも、当日、体調不良の際は、無理をせずお休みください。

◆もちもの

- ・着替え(おむつの替え)・飲み物・おひさまくらぶの名札(登録された方)
- ・セルフ整体、ヨガ等に参加の方は、ヨガマット(園でお貸しすることもできますので、予約時にお申し出ください)
- ・汚れてもよい洋服、動きやすい服装で参加してください。

◆イベントの予約について

- ・7/19(月)より月・水・金曜日の9:00～13:00の間に予約を受け付けます。これ以外の時間帯は、出勤している職員が少ないため電話が繋がらない場合があります。一度に予約できるのは2回分までです。3回目以降は利用後に予約してください。なお、定員に満たないイベントは開催日の前週より再募集します。再募集については他の予約の有無にかかわらず予約ができます。詳細はHPでお知らせしますので、確認の上お申し込みください。
- ・今月のイベントは、いずれも年齢区分の制限はありません。

港南台幼稚園
港南区港南台5-17-1
☎832-0248