



# どろんこ通信

小さな森こども園 子育て支援センターどろんこ



2026 1月

小さな森こども園  
子育て支援センターどろんこ

電話 0176-23-4794



あけましておめでとうございます



輝かしい新春を、職員一同心からお喜び申し上げます。  
寒さも本格的になってきました。子どもたちの楽しみは、  
空からの白いプレゼント。今年は何回降るのでしょうか。  
子どもたちが経験してきたいろいろなことが、これからの自信につながるような言葉がけをしていきたいと思っています。そして、職員一同、新たな気持ちでスタートしたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

## \*親子ふれあい体操\*

日時：1月9日(金) 9:30~ 5組まで

\*親子でふれあい体操をして楽しい時間を過ごしましょう。  
体操の前には、親子で楽しめるストレッチも行います。

講師：Yukie先生

## \*ピラティス\*

日時：1月20日(火) 9:30~ 5組まで

\*初心者向けのピラティス講座です。  
体のバランスを整え、体感を鍛えましょう。

講師：Yukie先生

## \*ママストレッチ\*

日時：1月23日(金) 9:30~ 5組まで

\*ママストレッチはママのための講座です。あまり動かすことのない体をストレッチしてリフレッシュしましょう。

講師：Yukie先生

## \*ママヨガ\*

日時：1月16日(金) 9:30~

講師：ヨガインストラクター：安齋 香先生  
おひさま助産院：佐々木 悦世先生  
\*ヨガマットをお持ちください。

## \*骨盤体操\*

日時：1月22日(木) 9:30~

講師：佐々木整体院：佐々木佳史先生  
産後の気になる骨盤の歪みを修正し、家庭でもできる体操を学びましょう。  
\*ヨガマットをおもちください。

## \*耳つぼジュエリー\*

日時：1月28日(水) 9:30~

講師：耳つぼジュエリスト：村木 優花先生  
耳つぼにジュエリー(チタン付)をつけて体の不調を整え、おしゃれしながらセルフケアしリフレッシュしましょう。

材料費：500円(両耳)

\*今回は耳つぼ未経験者優先とします。3組まで  
また次回も予定しています。

## 1月の行事予定

1	木	元旦	お正月休み
2	金		お正月休み
3	土		お正月休み
4	日		
5	月	子育て支援お休み	
6	火	*プレママ・のんびりの日	9:30~
7	水		
8	木		
9	金	*親子ふれあい体操	9:30~
10	土		
11	日		
12	月	祝 成人の日	
13	火	*スペシャルデー	9:30~
14	水		
15	木	*牛乳パックでコマを作って遊ぼう	9:30~
16	金	*ママヨガ	9:30~
17	土	*土曜日園開放	9:30~12:30
18	日	→前日までの予約が必要です	
19	月		
20	火	*ピラティス	9:30~
21	水		
22	木	*骨盤体操	9:30~
23	金	*ママストレッチ	9:30~
24	土	*サークルくれよん	10:00~12:00
25	日		
26	月	*節分制作①	9:30~
27	火		
28	水	*耳つぼジュエリー	9:30~
29	木		
30	金	*節分制作②	9:30~
31	土		



### 園開放

子育て支援センター分室・園庭を開放しています。親子で遊びに来て下さい。

★9:30～11:30

★13:30～15:30

### 育児相談

子育ての事なら、どんなことでもご相談を受けます。内容は秘密厳守致します。

☆9:30～16:30 随時受付



### スペシャルデー

園開放に遊びに行きたいけれど、個人的にもゆっくり話したい。ちょっとのんびりしたい。初めてなので、大勢の中だとまだちょっと…というあなただけの為にその日は特別予約制でお部屋を開放したいと思います。お気軽にお問い合わせ下さいね。

★毎月第2火曜日 9:30～11:30

### サークルくれよん

ハンディを持つ子を育てているお父さん、お母さん。子育てに心配事のあるお父さん、お母さん。子どもの発達について勉強したり、悩みを話したり、おしゃべりしたりませんか？コーヒーを飲みながら気分転換してみてください。

『珈琲館らびっと』にて

★毎月第2・4土曜日 10:30～11:30