



# たまご通信

地域子育て支援センター  
すまいるハウスたまご  
TEL・FAX  
0547-37-2739

暦の上では立春も近づいてきましたが、まだまだ寒い日が続きますね。この時期は身体を温める食べ物がおすすです。ビタミンCや食物繊維が豊富なほうれん草や白菜などの野菜で免疫力アップ、魚や肉で体温維持などしながら寒さに負けない体力づくりをしましょうね。たまごのお部屋でも、今月は色々楽しいことを計画しています。是非一緒に楽しみましょう。

## 親子でエクササイズinおおり

親子で身体を動かして、楽しいひとときを過ごしましょう！  
こちらは来所にて予約受け付けしています。

- ☆講師 大畑 裕希氏  
(フィットネスインストラクター)
- ☆日時 2月26日(木)  
10:30~11:30
- ☆場所 おおり2階 第2多目的室
- ☆持ち物 水分補給できるもの タオル
- ☆予約 15組

## ♡バレンタイン週間♡

2月4日(水)~13日(金)まで可愛いカードが作れます。大切な人に心を込めて作ってはいかがでしょうか😊  
材料はたまごにありますので、色々アレンジしてたった1つのオリジナル作品にしましょう♪

期間中であればどなたでも作れますので、ぜひスタッフまで声をかけてくださいね。  
仕上がった作品はすぐに持ち帰れます。  
お子さんと一緒に楽しんで作りましょう!!  
記念にもなりますね(\*~\*)

## 最近のたまごの様子



# たまご2月の予定

|    | 月                   | 火      | 水      | 木                                 | 金                         |
|----|---------------------|--------|--------|-----------------------------------|---------------------------|
|    | 2                   | 3      | 4      | 5                                 | 6                         |
| AM | 開所時間<br>10:00~15:00 | みんな来てご | みんな来てご | ふたごちゃん<br>あつまれ~!                  | みんな来てご                    |
| PM | みんな来てご              | ランチタイム | ランチタイム | みんな来てご                            |                           |
|    | 9                   | 10     | 11     | 12                                | 13                        |
| AM | みんな来てご              | みんな来てご | 建国記念の日 | みんな来てご                            | あかちゃん講座<br>(健康)<br>※対象者のみ |
| PM |                     | ランチタイム |        | ランチタイム                            | みんな来てご                    |
|    | 16                  | 17     | 18     | 19                                | 20                        |
| AM | おはなしたまご             | みんな来てご | みんな来てご | アラフォーマミーズの会                       | みんな来てご                    |
| PM | みんな来てご              | ランチタイム | ランチタイム | みんな来てご                            |                           |
|    | 23                  | 24     | 25     | 26                                | 27                        |
| AM | 天皇誕生日               | みんな来てご | みんな来てご | エクササイズinおおりり<br>支援室も1日<br>開所しています | みんな来てご                    |
| PM |                     | ランチタイム | ランチタイム | ランチタイム                            |                           |

※日程は変更することもありますので『しまいく』などをご確認ください。

## ★5日：ふたごちゃんあつまれ~！ 10:20~11:30

今年度の思い出アルバムを作ろう！  
初めての方も大歓迎です。  
ふたごちゃんのお母さん達と楽しくおしゃべりも楽しもう♪

## ★16日：おはなしたまご 11:10~11:30

今月は、こども館の三浦館長によるふれあい遊び、おはなしの時間です。  
どなたでも参加できます。今月はどんなお話かな？

## ★19日：アラフォーマミーズの会 10:20~11:30

今月はおはなし会。  
同世代でゆっくりお話ししましょう😊

## ★26日：親子でエクササイズ in おおりり 10:30~11:30

今回はおおりりにて、親子で楽しめるエクササイズを行います。  
予約制になります。  
※表面の案内をご覧ください。

## 2月生まれのお友だち

♡お誕生日カード作れます♡

可愛いカードを作りましょう!!

2月24日(火)~2月27日(金)

期間中はいつでも作れます。

お気軽にスタッフに  
声を掛けてください😊

インスタ登録  
してね!

