



## ハミング便り

ベネッセ海園の街保育園 子育て支援センター ハミング  
TEL 047-316-8687 (直通)

北風が吹き、吐く息の白さに本格的な冬の訪れを感じるようになりました。まだまだ、空気の乾燥も続きます。感染症には十分気をつけていきましょう。

12/10には、「ル・リアン」の皆さんを迎え、クリスマスコンサートが行われました。園児と一緒に5組のハミング利用者さんが参加し、音楽に合わせて手を叩いたり、体でリズムをきざんだりして、ピアノやフルートで奏でる音楽を楽しみました。今月も様々なイベントがあります。イベント予定をご覧の上、お申込みください。皆様のお越しをお待ちしております。

### ご利用に関して注意していただきたいこと

- ・体調に変化が見られた時（咳、鼻水、下痢、嘔吐、発熱等）は、お家でゆっくり過ごしましょう。
- ・ご家庭で検温をしてから遊びに来て下さい。発熱の方はご利用できません。
- ・入室後は手洗いをお願いします。

### それぞれの時期にたっぷり！

人間は、何億年もの生物の進化の過程を短期間になぞっているとされています。単細胞から始まって、おなかの中で水生動物の時を過ごし、生まれてからも、ハイハイをして、4つ足の時を経て、やっと立ち上がります。

ずり這いの時には、ずり這いをしっかりと経験することで、腕や首、胸の筋肉が鍛えられます。また、膝を立てて4つ足のハイハイをしっかりと経験することで、足や腰、背骨が鍛えられます。それが、2足歩行になった時の体感にもつながっていきます。

「褒めて励ますこと」「一緒に喜び合うこと」が大事だと思います。

「〇か月なのに…」という焦りは禁物。心配な時には、一人で悩まず周りの人に相談してみましよう。



## イベントの予定

### ○親子でピラティス

1/10(金) 10:00~10:30 (5組)

ゆっくりと身体を動かしてみませんか？

親子で一緒に楽しめるような動きも考えて下さっています。

★予約受付 12/25(水)~1/8(水) 9:30~16:00

### ○お店屋さんごっこ

1/22(水) 9:30~ (5組)

保育園の園児と一緒にお店屋さんごっこに参加しませんか？

保育園児が考えたお店で、お買い物ごっこを楽しみます。

買い物終了後、解散になります。ハミングタイムは、お休みです。

★予約受付 12/25(水)~1/10(金) 9:30~16:00

### ○1月生まれ誕生会

1/24(金) 10:30~ (5組) 対象 1月生まれのお子さんと保護者

みなでお誕生日の歌を歌ったり、手遊びやパネルシアター等で楽しみ、

お祝いしましょう。お誕生日ボードの前で記念撮影もできますよ。

★予約受付 1/8(水)~1/21(火) 9:30~16:00

### ○離乳食試食会

1/28(火) 10:30~11:15 (6組)

保育園の離乳食を味見してみませんか？ また、離乳食を進めていく中で、気になることや戸惑っていることなどもご相談ください。

★予約受付 1/7(火)~1/21(火) 9:30~16:00

### 予約の方法

イベントの予約は直接ハミングに来ていただくようお願い致します。

電話での予約は行っていません。又、新規利用の方のイベント予約は控えていただくようお願い致します。お子さんにとっては初めて来る場所で緊張したり、楽しめなかつたりすることがあります。事前に遊びに来て雰囲気慣れてもらえたらと思います。ご協力よろしくお願い致します。

## ハミング活動紹介1月

### ○ハミングベビー

赤ちゃんに触れ合い、楽しいお話や情報交換をしながらママ友だちを作りませんか？  
子育ての楽しさや悩みを仲間と話すことで、気持ちがホッとすることもあると思います。  
また、看護師、栄養士、保育士にも気軽にご相談下さい。

わらべ歌・ベビーマッサージ・ふれあい遊びもします。

1/7・14・21(火)(11:00～ ハミングタイム)

対象：0歳児のお子さんと保護者、妊婦さん

ハミングベビーの日は、妊娠中の方もぜひ遊びに来てください。  
0歳児のお子さん、お母さんが遊びにきています。出産への疑問や不安、ベビーグッズで準備していて良かったものなどいろいろお話してみませんか？  
ご希望の方には、併設している保育園の見学も実施いたします。まずは、お電話を下さい。

### ○おもちゃ病院

ご家庭で壊れてしまったおもちゃはありませんか？ おもちゃドクターが大切なおもちゃを直して下さいます。尚、修理についてはハミングを利用されている方が対象となります。

1/15(水) 10時～12時

### ○読み聞かせ「ゆりかご」

季節や行事にあった詩の朗読や、絵本の読み聞かせをして下さいます。  
心地よい日本語の語りかけに、親子でゆったりと耳を傾けてみませんか？

1/29(水) 10時30分～10時45分

### ○看護師による身体測定・健康相談

お医者さんに行くほどではないけれど、ちょっと相談してみたい時はぜひどうぞ。  
保育園の病気やけがの対応時は中止になることもあります。

1/7(火) 11時30分ごろ～/15時20分ごろ～

1/8(水) 15時20分ごろ～

### ○栄養士による食事相談

保育園の子どもたちの様子を交えながら食に関する悩みや疑問にお答えします。  
当日の園給食も展示します。

離乳食やご家庭でのお子さんの食事の参考にぜひどうぞ。

1/7(火)・1/8(水) いずれも15時ごろ～15時30分まで

## 1月のカレンダー

♪マークは室内遊び

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
AM			～1/3 年始				
PM			閉所になります				
	6	7	8	9	10	11	12
AM		♪ハミングベビー	♪ハミングタイム		親子でピラティス (予約制)		
PM		♪看護師・栄養士	♪看護師・栄養士		♪		
	13	14	15	16	17	18	19
AM		♪ハミングベビー	♪おもちゃ病院		♪ハミングタイム		
PM		♪	♪		♪		
	20	21	22	23	24	25	26
AM		♪ハミングベビー	お店屋さんごっこ (予約制)		1月生まれ誕生会 (予約制)		
PM		♪	♪		♪		
	27	28	29	30	31		
AM		離乳食試食会 (予約制)	♪読み聞かせ 「ゆりかご」		♪ハミングタイム		
PM		♪	♪		♪		

※各活動の予定が変更になる場合もあります。変更になる際はMY浦安に掲載しますのでご確認ください。

### ハミングについて

<利用時間>火・水・金(祝祭日を除く)  
9:00～12:00/14:00～16:00

\*火曜日午前中は生後12ヶ月までのお子さん対象です。

### <アクセス>

新浦安駅よりバス10分、下車徒歩3分  
・3番・18番系統「夢海の街」もしくは「望海の街」下車  
・おさんぽバス じゅんかい線  
つつじルート/いちようルート「海園の街」下車

