ぐんまこどもの国児童会館

にこっと通信

nicotto tsu-sin!

2012.1.15

第36号

発行／公益財団法人群馬県児童健全育成事業団

あけましておめでとうございます

本年もみなさまのご来館を、心よりおまちしております！

ぐんまこどもの国児童会館　スタッフ一同

2/17(金)　児童健全育成講演会

「ウルトラパパの絵本と子育て ～お父さんはウルトラマン～」

絵本作家であり、父親でもある宮西先生の子育てや、作品に込めている思い、読み聞かせの大切さなど・・・。

講演会終了後サイン会も行います。

（当日絵本購入者１人１冊）

	講演会	託児
時間	13:30～15:15(受付12:45～)	
会場	多目的ホール	研修室
定員	300名(未就学児の入場はできません)	40名
申込	事前申込1/4(水)～	

共催：群馬県児童館連絡協議会

後援：ぐんま地域活動連絡協議会・群馬県民生委員児童委員協議会

2/18(土)

スターリーコンサート「岩崎孝昭 in プラネタリウム」

プラネタリウムの満天の星の下、エレクトーンの音色で素敵な音楽の時間を過ごしてみませんか？当日の星空の解説も行います。

❶
- 時間　13:30～(約40分・子ども向き)
- 対象　どなたでも(未就学児は保護者同伴)
- 申込　当日受付
- 会場・定員　スペースシアター／182名

❷
- 時間　15:00～(約70分)
- 対象　小学生以上(未就学児の入場は不可)
- 申込　事前申込1／6(金)～
- 会場・定員　スペースシアター／182名

休館日

1月…　10日(火)・16日(月)・23日(月)・30日(月)

2月…　6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)

3月…　5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)

ぐんまこどもの国児童会館
〒373-0054　群馬県太田市長手町480
TEL. 0276(25)0055　FAX.0276(25)0059
URL　http://www.kodomonokuni.or.jp/

10/21㊎

いきいきママ講座

「ベビーダンスに挑戦！！」

10月21日(金)のいきいきママ講座では、2児のママインストラクターYOSHIKOこと小林美子先生(25)をお迎えして、47人のママ＋パパ1人＋赤ちゃん50人で「ベビーダンス」に挑戦しました。ベビーダンスとは、運動生理学を踏まえた産褥期ママのリハビリを兼ねたスキンシップエクササイズ、無理なくできる有酸素運動です。

参加したママたちは、手遊びやストレッチで緊張と身体をほぐし、抱っこひもで子どもを前に抱えて、体験しました。

ベビーダンスのポイントは、姿勢を意識してお尻をきゅっとしめてリズムに合わせてステップを踏みます。ステップ！？なんて難しそうに思いますが、前後左右にゆっくりと動く簡単なステップです。ママたちは、インストラクターの動きを真似ながら一緒にダンスを楽しみます。はじめにサンバ（どんぐりころころ）のリズムでおへそから下のたるんだ皮を意識し汗をかいていきます。じわじわと汗をかいたら最後に骨盤ブルース（おつかいありさん）でクールダウンをしていきます。

ベビーダンスをはじめて60分弱。この頃になると、抱っこされていた赤ちゃんは心地よい揺れとぬくもりで、ほぼみんなスヤスヤと夢の中でした。ベビーダンスは、赤ちゃんの寝かしつけにもとっても有効的なようです。

終了後にお話を伺うと、「子どもの顔を見ながら参加できて安心できた。」「久しぶりに運動して気持ちよかった」「きれいで素敵なママを目指します！」「また、挑戦したい」などと大好評でした。

YOSHIKO
（小林美子先生）

10/29㊏

わくわくパパ講座

「おやこであそぼう！ミニピック」

10／29(土)わくわくパパ講座「おやこであそぼう！ミニピック」では、お父さんが大活躍の運動遊びを行いました。音楽にあわせた体操からはじまり、ちょっと照れくさそうなパパもいましたが、みんな素敵な笑顔です！

午前の回では0、1歳を対象に、ハイハイでGO・玉入れ・綱引き(タオルでひっぱりっこ)・おやこあそび(がたごとバスなど)。

午後の回では2、3才を対象に、新聞をつかって遊びます。新聞ランナー(新聞の壁をパンチで突き破って走ります)、新聞のせバランス(小さく折りたたみ頭の上にのせてバランスよく歩きます)、風船はこび(新聞の上に風船をのせてパパと協力して運びます)、どれくらい長くきれるかな？(1枚の新聞を切れないよう長く手で切っていきます)、玉入れ(新聞紙を丸めて玉をつくったら玉入れをします)、リトミック。

どちらの回も身近なものをつかい、ちょっとだけいつもと違うかなぁ？と思う遊びをしました。親子だけしかわからない遊びや、いつもの遊びも大切にしながら、四季折々、ちょっと工夫して遊ぶのも楽しいですね。

今回のパパ講座を通し年々、育児を楽しむパパたちが増えてきているのを感じます。お休みの中、参加していただきありがとうございました。