つくし会通信

令和６年度５月発行　第２号

＜活動報告＞

☆オープンデー☆

14 日にオープンデーがありました。今回は８組の親子が参加しました。みんなで育児の悩みや不安について話をしました。普段思っている事を誰かに聞いてもらえるとすっきりとした気持ちになりますよね！ぜひ、気軽に遊びにきてください。

「サイズアウトした子ども服を譲ります。」と言って持ってきてくれた会員の方がいます。子ども服はサイズが合うと家庭に助かりますよね。ぜひ皆さんも、お家にありましたら、気軽に持ってきてみてください。

☆親子ヨガ☆

25 日に親子ヨガがありました。講師の先生にお越しいただき、前半と後半にわけて行いました。前半は子どもと一緒にできるヨガをしました。子どもたちもママやパパとたくさん触れ合うことができ、とてもにこにこしていました。子どもの重さが大人のストレッチにはばっちりです。

後半は大人だけで行いました。普段伸ばしたりしないところをしっかりと伸ばすことができ、ヨガのあとは身体がとてもすっきりしました。とてもゆったりとした雰囲気の中行われ、心身のリラックスができました。

☆次回の活動は・・・6 月 29 日土曜日
場所：鴨方の消防署
金光のひよこ会さんとの合同開催です。

新規会員さん募集中です！！

★対象　市内鴨方町・寄島町在住で０歳から小学生未満のお子さんとご家族
★会費　子ども１人につき年間 1000 円
★活動日　月２回　平日または土曜日　10 時から 11 時 30 分
見学大歓迎です！お試しで１回のみ・当日参加も OK です。
お気軽にお問合せください。健康こども福祉課　TEL44－7114
Instagram アカウント　「asakuchicity_tsukushikai」で発信中！