

カフェで気軽にリラックス！

# 練馬こどもカフェ

## 12月の開催予定



©2011練馬区ねり丸



参加するにあたって必ずご確認ください

- ・事前に申し込みが必要です。
- ・親子で一緒に参加していただく事業です。
- ・お子さんの一時預かりではございません。
- ・ドリンクなどは、ご自身でお買い求めください。
- ・自己責任でご参加いただきます。



**6日（金） 午前10時～11時 @スターバックスコーヒー  
大泉学園ゆめりあフェンテ店**

おおむね  
1歳向け

### 「ふれあいあそびとクリスマスの手形・足形制作 🎄」

お家でも簡単にできるスキンシップの方法のひとつ「ふれあいあそび」を、保育園の先生が紹介します。優しい動きやリズムを取りながら穏やかなひとときを一緒に過ごしましょう♪ふれあいあそびの後は、お子さんの手形・足形でクリスマス制作をしましょう！子育てのちょっとしたお困りごとやご質問にもお答えします！（完成した作品はお持ち帰りいただけます）

 講師：わらべうた大泉学園保育園 保育士

**10日（火） 午前10時～11時 @カフェココ（練馬春日町）**

2歳向け

### 「クリスマスリースを作ろう！」

もうすぐクリスマスですね 🎄  
お子さんと一緒にクリスマスリースを作ってみましょう！  
少し早めのクリスマス気分を味わいながら、みなさんで楽しみましょう♪

 講師： 早宮保育園 保育士

次ページへ→

11日（水）午前10時～11時

@アイランドクローゼット

（武蔵関）

0～3歳向け

## 「スマホとの付き合い方～外遊びの大切さ～」

現代社会においてなくてはならないスマホやタブレット。この1台で日常生活に必要な事がほぼ出来てしまう便利なツールですが、日ごろからお子さんほどのくらの時間接していますか？「うちの子は使いすぎ？」と心配されている方もいらっしゃると思います。メリットやデメリットを理解したうえで上手に付き合っていきましょう。あわせて発達が著しいこの時期の外遊びの大切さもお話しします。



講師： いずみ保育園

園長

11日（水）午前10時～11時

@ホテルカデンツァ東京

## 「離乳食の“気になる”を聞いてみよう!!（光が丘）」

～栄養士・保育士・看護師とのおしゃべりタイム～

赤ちゃんの栄養や離乳食の進め方など、保育園の栄養士がお話しします。みなさんの疑問や心配事にお答えし、簡単レシピもご紹介します♪

保育士からはスキンシップで親子の絆を深める、わらべうたやふれあいあそびをご紹介します、看護師からは乾燥が気になるこれからの季節にピッタリ！すべすべお肌を保つ秘訣などスキンケアに関わるお話をお伝えします。

みなさんで楽しい時間を過ごしましょう♪



講師： 高松保育園 栄養士・保育士・看護師

0歳向け

16日（月）午前10時～11時

@スターバックスコーヒー

光が丘IMA店

## 「🎄 プチクリスマス会 🎄」

マジックシアターで一足お先にクリスマスを楽しみましょう♪

その他には冬の時期に大切なスキンケアの方法について、看護師がお話しします。クリスマス気分を味わいながら、みなさんでおしゃべりしたり楽しい時間を過ごしましょう！



講師： にじいろ保育園南田中 保育士・看護師

おおむね  
2歳向け

次ページへ→

17日 (火) 午前10時~11時

@ママコモハウス (江古田)

おおむね  
1歳向け

## 「リズム遊びと感染症について」

感染症の流行する季節になってきました。子どもがかかりやすい感染症について、保護者の疑問や不安、質問にお答えします。

ほかにも保育園で行っているリズム遊びとして、音楽に合わせてながらのふれあい遊びを親子で楽しみましょう♪

 講師： アスク豊玉中保育園 看護師

18日 (水) 午前10時~11時 @タリーズコーヒー石神井公園店

0~1歳向け

## 「わらべうた遊びと絵本を楽しもう♪」

古くから歌い継がれている「わらべうた」を歌いながら、お子さんと手足を使って遊ぶスキンシップを一緒に楽しみましょう！

0~1歳児向けの「絵本の読みあい」の時間もありますよ♪

子育てに関するお悩みなども、みなさんで楽しくお話ししましょう。

 講師： わらべうた練馬高野台保育園 保育士

19日 (木) 午前10時~11時

@タリーズコーヒー大泉学園店

0歳向け

## 「離乳食（中期食・後期食）の作り方（OZスタジオ） ～どんな食具があるのかな～」

離乳食のモグモグ期（中期）とカミカミ期（後期）の食材の大きさや調理方法についてポイントを保育園の栄養士がお話しします。食具等にも実際に触れて、それぞれの期に適した形状を確認してみましょう。

様々な質問にもお答えします！皆さんと一緒に考えてみましょう♪

 講師： 東大泉第三保育園 栄養士

次ページへ→

## 対象年齢について

各講座の右上にある対象年齢の目安



おおむね  
1歳向け

- 0歳向け . . . 1歳未満のお子さん
- おおむね1歳向け . . . 0歳半ば～1歳半ばのお子さん
- 1歳向け . . . 2歳未満のお子さん
- 1～2歳向け . . . 1歳と2歳のお子さん
- おおむね2歳向け . . . 1歳半ば～2歳半ばのお子さん
- 2歳向け . . . 3歳未満のお子さん

※対象年齢外でもご応募可能です。

【事業内容等に関するお問い合わせ】

練馬区子ども施策企画課子ども施策担当係（平日8:30～17:15）

03-5984-1306