



### 始まりの年に

あけましておめでとうございます。  
皆さんは、どのような気持ちで新年を迎えられましたか。新しく何かが始まる時は、心が弾み、ワクワクした気持ちになるものですね。今年は、5月に元号も変わるので、日本中がお祝いムードになるのではないのでしょうか。

とはいえ、私たちの生活に大きな変化があるわけではなく、日々の暮らしは続いていきます。朝起きて、今日の天気はどうだろうと空を見上げて深呼吸。家族や親しい人と言葉を交わし、身近な自然に目を向ける、そんな何気ない日常を大切にしていきたいものです。

クロッカスの 固き花芽の萌もすごと ぽちりと 吾子の前歯 生え初はむ (俵万智)

わが子の成長をうんと楽しめる1年になるといいですね。

副所長 鈴木 久美子

## 事業紹介

毎月最終日曜日  
に開催!

### 働くママ の おしゃべりtime

&育休  
ママも大歓迎!



こんな時、他のママはどうしてるの?おしゃべりしてスッキリ! 育休中の方も参加して、情報交換できますよ!

日時: 1月27日(日) 10:00~11:15

対象: 働きながら子育てする母親  
育休中の母親(子ども同伴可)

場所: すこやかプラザ ランチルーム

定員: なし / 参加費: 無料

申込み: 不要。直接会場にお越し下さい



パパ広場を同時開催!

### パパとふれあい広場

日時: 毎月最終日曜日 10:00~12:00

場所: すこやかプラザ ホール

対象: 就学前の子どもとその男性保護者

毎月第2日曜日  
に開催!

みんなの縁側  
音楽&運動ひろば

### 陽だまりズム



音楽と運動をみんなで楽しむ広場です。

音楽ではギター、ウクレレ、ハーモニカなどの伴奏に合わせて、その日のリクエストソングをみんなで歌います。(楽器の持参大歓迎! みんなでセッションしましょう!)

運動では、小学生から大人まで一緒に、卓球やバドミントン、長縄やフラフープなどを使って遊べます。トランポリンやブランコつきジャングルジムなど、幼児が体を動かして遊べる遊具もたくさんあるので、未就園の子どもでも楽しめますよ!

日時: 1月13日(日) 10:00~12:00

対象: 音楽か運動が好きな方

場所: すこやかプラザ ホール

定員: なし / 参加費: 無料

申込み: 不要。直接会場にお越し下さい

持ち物: 得意な楽器がある方はご持参ください

