



『すみだキラキラママのつどい』

in みどりコミュニティセンター 3階 発声練習室

2022年8月24(水) 10時～14時

※コロナ感染防止対策として消毒を徹底し、普段の半分の人数で行います。少人数のため、早めのご予約をお待ちしております。

A : 10:20～10:50 ♪ 「体験しよう！リトミック♪ 0～2歳」 定員5組

～リズムに合わせて体を揺らして楽しいひと時を過ごしませんか？～

リトミックってどんなことをするのか？フルーツのマラカスをシャカシャカしたり、リズムに合わせて体を動かします。リズムカルな音、優しい音を表現しましょう。楽器に触れて遊びましょう。音の高低、速度の表現も体験します。3ヶ月～ご参加いただけます。

B : 11:00～11:30 「1歳半からのトイトレに向けたおむつ外し講座」 定員5名

※1歳半でおむつ外しは早い？いえ、おむつ外しをすることで、その後のトイレトレーニングがスムーズに！トイトレの初め時や5ステップもご紹介します。その他、トイトレの始め時、進め方、効果的な声かけなどをご紹介いたします。

D : 11:40～14:00 各1名:20分 「足裏リフレクソロジー」

※足裏から膝下までをリフレジェルを使って優しく揉みほぐします。お子さまは横で遊具で遊ばせても、抱っこでも対応できます。お部屋は貸し切りとなります。

- ①11:40～12:00
- ②12:05～12:25
- ③12:30～12:50
- ④12:55～13:10

参加費用:すべてのプログラム **1000円**となります。

メールQR↓

お申し込み:こちらのメールに**必要事項**をご記入の上、

お申込みください。kirakiramamasumida2010@gmail.com



必要事項:①ご希望のプログラム名 ②参加者氏名(親子) ③年齢(親子)

④電話番号⑤時間帯のあるものはご希望の時間。

※空き状況の詳細は**ブログ**にてご確認ください。

ブログQR↓

