



# 『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12月28日（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 ♪ 「リズムで遊ぼう！知育リトミック♪ 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音に合わせてシャカシャカ振ったり、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。お母様も一緒に楽器に触れて遊みましょう。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 「ふれあいベビーマッサージ」 定員5組**

服を着たまま赤ちゃんに行うふれあい遊びです。やさしくふれ、季節の歌に合わせて体を動かすことで、まだお話ができない赤ちゃんとのコミュニケーションの時間を楽しみましょう。お子さまの免疫力の向上や、便秘解消にも役立ちます。愛着を深めて心地よい時間をおすごしてください。 ※予防接種 2 日以内、体調がすぐれないときはご参加いただけません

**C : 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](mailto: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↓

