

0373 * けいこくじどうかんだより5月号 *

京都市桂徳児童館をご利用していただいている皆様へお知らせ

平素は桂徳児童館事業にご理解とご協力をいただきありがとうございます。
 コロナウイルス感染拡大を防ぐため、3月より子育て支援の取り組みをはじめ、小中学生を含む子どもたちの取り組みを現在中止させていただいております。
 再開の日程も未定となっております。

日々、児童館の取り組みを楽しみにしてくださっていた方には大変心苦しい状況ではありますが、ご理解いただけたらと思います。
 早くこの事態が収束し、児童館に子どもたちの賑やかな、楽しい声が響きわたることを願っています。
 児童館事業が再開になりましたら桂徳児童館のホームページでお知らせいたします。
 今しばらくお待ちくださいますようお願いいたします。

リフレッシュヨガの小城先生の自宅でプチヨガ パート①

皆さん、お家にいても簡単にできるストレッチ体操でリフレッシュしませんか？
 ~ゆっくり1人での時間でも、子どもさんと一緒でもOK! ほっこり休憩しませんか~
 〈座ってる時〉

- | | |
|----------------------|-----------------------------------|
| ◎呼吸法 | ◎首・肩 |
| 楽に座る。(椅子OK) | ・姿勢を正す。 |
| 坐骨(お尻の先の骨)を感じ、お腹を意識。 | ・吐く息で頭をゆっくりと右に倒す。左の肩は下げて。左首筋 |
| 姿勢を正して…目を閉じて…。 | 気持ちいい〜。吸って戻す。 |
| 今ある息を両方の鼻から吐いて | ・同様に反対も。 |
| …両方の鼻から吸って…。 | ・吐きながら頭をゆっくりと前に倒す。うなじを伸ばす。 |
| ゆっくりゆっくり。 | 両手を組んで後頭部に。肩の力抜く。うなじさらに伸ばす。 |
| 何も考えずに呼吸に意識を向ける。 | ・両手をアゴ先に、吸って顔を天井に向け首前筋を伸ばす。 |
| 吐く息をより長〜く。 | 吐いて戻る。 |
| 気持ち良〜く。 | ・両手を太ももに、吸いながら肘を伸ばして肩を耳に近づける。 |
| ゆっくりと目を開ける。 | 吐いて力緩めストン!2~3回。 |
| | ラスト、肩を耳に近づけたら、肩があがった状態でゆっくりと首を回す。 |

パート①からパート③まであります♪ 桂徳児童館のHPでごらんくださいね。



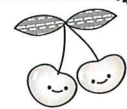
いちごクラブ

毎週火曜日 11:00~11:30
 対象*1歳以上
 季節の工作や、新聞・風船あそび、サーキットあそびなどをします♪



さくらんぼクラブ

毎週水曜日 11:00~11:30
 対象*ねんね・ハイハイよちよち歩き(概ね0~1歳)
 手あそびや、わらべうた、親子のふれあいあそび、工作などをします♪ゆったりと過ごしましょう!



りんごクラブ

毎週金曜日 11:00~11:30
 対象*2歳以上 登録制クラブ活動
 1年間同じメンバーで楽しく活動します。お母さんの企画など一緒に楽しく楽しみましょう♪

足型アート

子育ての話を楽しみながら楽しく足型でアートを作りますか? 子どもの成長をかわいい作品にして残しましょう♪
 講師は子育て中のママさんです★
 参加費(200円)
 足ふきタオル、作品入れ袋(A4程度)、あればクーピーやハンコなど作品に使いたいものも持ってきてください☆

ママたちのリフレッシュ講座 ~ヨガ教室~

児童館にリフレッシュに来ませんか?
 楽しい時間をすごしましょう!

ヨガマットをお持ちの方はご持参下さい。

*講師 小城真奈美先生

ミュージックケア

よちよちグループ
 対象:0歳~1歳
 (ねんね・ハイハイ・よちよち歩き)

わいわいグループ
 対象:1歳~(兄弟連れOK!)

地域の森田さんによるミュージックケア♪
 鈴やバルーン・スカーフなどを使って、音楽にふれあいながら親子で楽しみましょう!
 申し込み不要です!当日直接お越しください♪



なかよしランチ DAY

いつもはお家で昼ごはんを食べている...
 という人、児童館でお友達と一緒に昼ごはんを食べませんか?
 乳幼児親子さんから参加可能!
 学童の子ども達とわいわいお話ししながらごはんをたべましょう♪



マークがついている日は遊戯室の遊具を自由解放しています!
 ポールプールや室内用のすべり台など楽しく遊べる遊具をご準備しています。
 雨が降っている日やお家で過ごすことが大変な日などぜひ児童館遊びに来てください!

のマークがついている日はお昼ごはんを食べることもできますので児童館でゆっくり過ごしてください♪



ほっと広場
 のご紹介♪

卓球クラブ
 たっきゅう
 毎週火曜日①初心者コース⇒2時45分～
 ②上級者コース⇒3時15分～
 ③ハイレベルコース⇒4時～
 やってみたいというお友だちは、クラブに登録して1年間頑張ってお練習しましょう！地域のオ田さんにも来ていただいています。
 登録したい方は児童館まで

写真部
 しゃ しん ぶ
 令和2年度の写真を取る人は登録用紙を取りにきてね★
 写真を撮るのが大好きな人は集まれ～！今年度も「じどうかん」の冊子の写真をとるよ！館外にも出て活動していきますよ！
 対象：2年生～
 持ち物：デジカメラ（ある人のみ）
 登録希望の方は児童館まで

かなのおりがみ教室
 こともしゃべりキカク！
 おりがみが得意なかなちゃんに教えてもらいます！やってみたい人は児童館でもうしみてね！

フrendリースペース
 フrendリースペースは、みんなの「やりたい！」を出し合って、自分たちで企画して実現していく高学年クラブです！
 (3年生以上から登録できますよ。)

工作教室
 毎月1回、楽しい工作をするよ。自分だけのオリジナルの作品を作ろう！地域の奥村さんにも来てもらうよ！

ご意見・ご要望等受付窓口設置しています
 児童館に対するご意見・ご要望などがございましたら、窓口を設けておりますのでお知らせください。
 尚、苦情解決窓口が不在の場合は一旦職員が伺い、対応いたします。
 *苦情解決窓口 館長 松本 紀子

じどうかんってまんなとまろ
 *0歳から18歳までの児童と、その保護者の方が利用できます。乳幼児さんの利用は保護者の方の同伴が必要です。
 *午前10時～午後6時30分まであります。(小学生は午後5時まで遊べます。)
 *日曜日、祝日、年末年始は休館しています。

じどうかんのおやくそく
 *お家に帰ってから、児童館に遊びに来てね。(学校の帰りにあそびに来ることはできません。)
 *児童館に来たときは、受付にある名簿に名前を書いてね。
 *おもちゃやお菓子、貴重品(お金や携帯電話)は持っていないでね。
 *使ったおもちゃや本は片づけてから次の遊びをしよう。
 *駐車場はありませんので、車でのご来館はご遠慮ください。

だかしやさん
 参加費♪100円 持ち物♪おやつ袋
 児童館がだかしやさんになるよ☆
 参加費と袋を持って児童館に来てね(^^)
 乳幼児親子さんも、ぜひ参加してください!

将棋教室
 将棋の指し方を、地域の中村さんに教えていただきます。なんだかおぼかしそう...というお友だちも、まずは将棋の駒の動かし方から一緒にやってみよう!!
 毎月第3木曜 3時30分～4時30分

オセロ取り組み開始!
 西京ブロックオセロ大会に向けての取り組みが始まります!
 まずは桂徳児童館で上位を目指して練習をしましょう!館内で上位に輝いた人が西京ブロック大会へ出場することができます!
 場所:桂徳児童館館内 対象:小学1年生～6年生
 取り組み予定日:5月11日(月)～6月5日(金)
 館内大会:6月6日(土)を予定しています。⇒予定については未定です

職員の異動の伴うご挨拶
 3月末で児童館学童連盟へ出向することとなりました。平成27年から5年間、桂徳児童館の子どもたちと笑顔に元気をもらい、保護者の方、地域のみなさんに支えていただきました。桂徳児童館が大好きです！ありがとうございます。
 児童厚生員 阿部昭子
 はじめまして!川岡東児童館から異動してまいりました、育休中のため、現在はお休みさせていただいておりますが、元気いっぱいの子どもたち、乳幼児親子さん、地域の皆様にお会いできる日を楽しみにしています。桂徳児童館を利用する皆さんに「児童館楽しい!」と感じてもらえるよう、頑張りますので、どうぞよろしくお祈りします。
 児童厚生員 富田 梓

けいとくコミュニティクラブの回収は5月以降は行いません。
 ※今後、児童館では古紙、古着等の回収できません!!

京都市家庭ゴミ指定袋 引換所
 ご出産のお祝いとして京都市から届く、引換券をお持ち下さい。

社会福祉法人積慶園
 京都市桂徳児童館
 Tel/Fax(075)874-6125
 Mail keitoku@kyo-yancha.ne.jp
 HP http://www.kyo-yancha.ne.jp/