



わいわいだより 2・3月号 子育てお役立ちコラム



寒さが一段ときびしくなってきましたね。体調を崩したりしていませんか？
YMCA からお子さんと元気に過ごすための子育てお役立ち情報をお届けします！

親子で体を動かそう♪ 発育を促すキッズコーディネーション

キッズコーディネーションとは、色々な体の動きを通して行うあらゆる運動・スポーツの基礎作りとなる運動です。リズム、バランス、連結、反応、変換、定位、識別といった7つのコーディネーション能力を養います。横浜 YMCA では、このコーディネーション能力を高める基礎的な運動を様々なプログラムに取り入れて行っています！親子で楽しめる運動を動画で配信していますので、ぜひご覧ください。

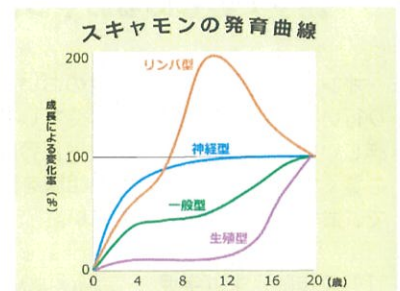


親子で楽しめるウエルネスデリバリーチャンネルをぜひご視聴ください♪



★スキヤモンの発育曲線★

神経系は幼児期に発達していることがわかります！たくさんの刺激を与えることが大切なんですね。色々な遊びを通して子どもの発育を促しましょう。



英語でうたおう！♪ Seven Steps ♪

お子さんと一緒に英語の歌を歌ってみませんか？

英語の歌なんて難しそう？大丈夫です！

この歌の歌詞はなんと数字の1～7だけなのです！

インターネットで“Seven Steps”と検索すると聴くことができますのでリズムに合わせて♪one two three four…と歌ってみてください。

歩けるお子さんは歩数に合わせて歌ってみたり、

「『seven』はジャンプね」などのルールを作って歌うのも楽しいですよ！

一度聴いたらすぐに覚えられとってもシンプルで楽しい曲です。



最新のわいわいだよりを YMCA の HP でもご覧いただけます。
最新号のメール連絡をご希望の方はこちらからご登録ください。



アクセス

湘南とつか YMCA JR 戸塚駅・市営地下鉄戸塚駅より徒歩 5 分

*有料駐車場 (20 分/100 円) は台数に限りがございます。できる限り公共交通機関をご利用ください。



2月・3月のプログラム情報

2月21日(日)・3月21日(日) ファミリーアクア

親子で音楽に合わせて運動しましょう！プールの中でアクアエクササイズを楽しんでください。

【対象年齢】6ヶ月以上のお子様とその家族
【定員】16組
【参加費】1家族 1,500円(税込)
【時間】11:15~12:00
【問い合わせ】湘南とつかYMCA ウェルネススポーツクラブ
【申込】QRコードよりお申込みください(2月のみ)



3月20日(土) わくわくベビーEnglish

親子で一緒に英語遊びを楽しみましょう。おうちでできる英語の歌や手遊びもご紹介します！

【対象年齢】1-2才
【定員】6組
【参加費】1,600円(税込)
【時間】9:30~10:10
【問い合わせ】湘南とつかYMCA 語学
【申込】QRコードよりお申込みください



2月24日(火) 親子で楽しめるおやつ作り (Zoom)

オンラインzoomで『今月のおいしいレシピ』のおやつ作りを行います。是非、ご参加お待ちしております。詳しい内容はYMCAとつか乳児保育園のホームページをご覧ください。また随時育児相談を受け付けておりますので、お気軽にお問合せください。

【対象年齢】未就学児 zoom 配信の様子です！
【参加費】無料 オンラインで楽しめます♪
【時間】10:30~11:00
【問い合わせ】YMCAとつか乳児保育園
【申込】045-870-3235 お電話にてお申込みください。



栄養士さん直伝 おいしいレシピ♥

【手作りひなあられ】

ひなあられを親子で手作りしてみませんか？おうちでひと手間をかけたひなあられはとっても甘くておいしい味がします♥ぜひお子様と楽しんで作ってみてください！

<材料>

白玉麩：30g、油：大さじ1 (バター可)
グラニュー糖：大さじ1/2
【ココア味】【抹茶味】【きなこ味】
・各小さじ1/4、粉糖各小さじ1

<作り方>

- ①油、グラニュー糖を混ぜ合わせ、白玉麩を入れて絡める。
- ②フライパンで①を軽く弱火で炒め、粗熱を取る。
- ③好きな味と粉糖を混ぜ合わせ、袋に入れて、②を加えてよく振ったら出来上がり！



3月20日(土) Happy イースターパーティー

イースターはイエスキリストの復活を祝うお祭りです。英語でゲームや歌を楽しみながらイースターをお祝いしましょう！

【対象年齢】年少-年長
【定員】8名
【参加費】2,200円(税込)
【時間】10:20~11:10
【問い合わせ】湘南とつかYMCA 語学
【申込】QRコードよりお申込みください



最新のわいわいだよりをYMCAのHPでもご覧いただけます。
最新号のメール連絡をご希望の方はこちらからご登録ください。



アクセス

湘南とつかYMCA JR戸塚駅・市営地下鉄戸塚駅より徒歩5分

*有料駐車場(20分/100円)は台数に限りがございます。できる限り公共交通機関をご利用ください。