



子育て支援センターだより

コパルでのイベント情報
や子育てにまつわるコラム
を毎月お知らせします!



2024年4月1日発行

4月のイベント

- 1(月)10:30～ 赤ちゃんと一緒にエクササイズ
- 6(土)11:30～ おおきな桜を咲かせよう
- 7(日)10:00～ おもちゃ病院
- 14(日)10:00～ 春のコパルまつり
- 16(火)10:00～ 4月おたんじょうび会
- 26(金)10:00～ あつまれ赤ちゃんたち
- 27(土)11:00～ レッツ!ダンス



*原則、2週間前から予約開始します
*詳しくは館内掲示・HPをご覧ください



HP Instagram

スタッフのおすすめ

冬にお休み中だった 屋外遊具が戻ってきました

春になり、外で遊ぶ機会も増えてきました。当館には、来館した方が時間内で遊べるブランコエリア（みずのひろば）があります。インクルーシブなブランコがあるのも魅力です!夏には水盤遊びもできます。ぜひ、楽しみにしててくださいね。

そして、つきのひろばには鐘を鳴らして遊べる場所や大人の方が使える運動器具などもあります。この場所ほどなたでも使えますので、お散歩しながらの利用にもぴったり!白い山のようなところは、プレウォールになっていて、滑り台のように滑ったり考えながら自由に遊ぶことができます。「子どもは遊びの天才」色々な遊びを見つけて楽しんでください。



みずのひろばに
新たに仲間入り!



2周年

4月14日(日)春のコパルまつり

ご飯ものやピザやパン、クレープやドーナツや団子の甘いおやつキッチンカーがやります!
4月18日でコパルは2周年。日頃の感謝を込めて、春のコパルまつりではちょっとしたプレゼントも◎
屋外イベントのため、館内の利用をしない方や大人だけでもマルシェを楽しむことができます。お待ちしております。

子育てコラム

口呼吸を鼻呼吸へ 『あいうべ体操』に挑戦!

お子さんが普段、口をぽかんとあけていることはありませんか?そんな場合は、口呼吸が疑われます。口呼吸は、さまざまな病気を引き起こす可能性があると言われていいます。「あいうべ体操」は、口の周りや舌の筋肉を鍛えることで口を閉じやすくします。口呼吸を防ぎ鼻呼吸に変えていきましょう。



- ①「あー」といながら、のどの奥が見えるように大きく開きます。
 - ②「いー」といながら、歯が見えるように口を横に広げます。
 - ③「うー」といながら、唇を前に突き出します。
 - ④「べー」といながら、舌を舌の先まで伸ばします。
- 毎日継続することが大切です!1日30回を目安に、お風呂中や寝る前など時間を見つけて挑戦してみましょう。

子育てコラム

開花は4月上旬予定 新たな始まりにぴったり

春といえば桜の季節ですね。桜はバラ科サクラ属に分類される植物です。何百種類とあり、その中で最も代表的なのが「ソメイヨシノ（染井吉野）」です。花言葉は「純潔」「優美な女性」「精神美」です。
川沿いに桜が多いのはなぜでしょう?江戸時代に大雨で川が氾濫するため、土手に桜を植えることにより毎年多くの方が花見に訪れ自然と土手を踏み固めて増水に耐えられる土壌を作ったと言われていいます。昔の人の知恵で、今でも川沿いに桜が咲いているのですね。桜の開花期間は10日から2週間です。1年に1度しか咲かないこの時期を、心ゆくまで楽しみましょう。



平日毎日開催!

なかよしタイム 身体測定



ブッククラブからお知らせ

春の訪れとともに 新学期に心躍らせる絵本

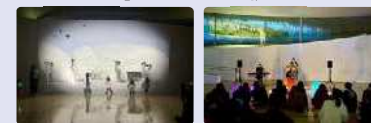
「しょうがつこうがだいすき」
文：うい / 絵：えがしらみちこ
実際に作者が小学2年生で、可愛らしい表現と絵で素敵なアドバイスしてくれます。これを読んだら小学校に行くのが待ちきれなくなってしまう絵本です。お子さんの入学前に一度読んでみてはいかがですか?

「特大日本地図つき DX 版新幹線のたび」
作：コマヤスカン
旅の発着地は青森県で、終着地はなんと鹿児島県!本州の最北から最南端までおじいちゃん・おばあちゃんに会いに日本を縦断します。各県の素晴らしい名所と駅名が鮮やかに描かれ、桜のほころびが春の訪れを感じさせてくれる絵本です。

イベント報告

お子さんも大喜び! 夜の楽しみファンタジックナイト

真っ暗なコパルの天井や壁いっぱいに海の生物が映り、まるで水族館のよう…。毎回大人気のイベント「ファンタジックナイト」。今回はトランペット&キーボードの生演奏もありました。馴染みのある曲も多く、きれいな音色にうっとり。幻想的な雰囲気の中で音楽にも親しめる一時でした。キラキラおもちゃの売店もお子さんたちに大好評でした!
当館では、親子で楽しめるイベントを沢山開催していきます。「こんなことをやってみたい!」「こんなイベントがあったら嬉しい!」があれば、ぜひ教えてください。



ベビーシートの館内貸し出し始めました。
また、小さなお子さんをお連れで、トイレに行く際などお困りのときは、スタッフがお子さんをお預かりしますのでお声がけください。