



12月号 かもママだより

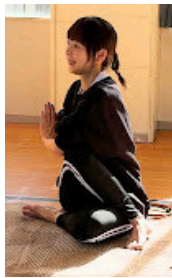
第44号 2025.11.26発行
NPO法人かもママ
加賀市下河崎町79-2
親子ほっとステーション内
TEL/FAX 75-7933
<http://kamomama.com>



ママと赤ちゃんのスキンシップ ベビーヨガ

11月4日に「ママと赤ちゃんのスキンシップベビーヨガ」を開催しました。講師は前田夏子先生。かもママでは初めてのイベントですがキャンセル待ちが出るほどのご予約を頂きました。

赤ちゃんはママからの外部刺激（触ったり、動かしたりすること）が運動になるからたくさん刺激してあげてね！とお話してくれました。子どもとのスキンシップヨガだけではなく、ママもママ自身とスキンシップをとりヨガをしました。素足になり普段触ることの少ない足のうらを丁寧にほぐすとだんだんと身体



がポカポカ温かくなってきて、肩を回したり、「ねじりのポーズ」をとることで身体のシェイプアップや疲労回復、腰痛緩和などなど…今知りたいホットな体操を教えてくださいました。



毎日100回！じゃなくて1日10回を毎日してね！継続が大事だよ！と教えてもらいました。笑い声、歌声、話し声がたくさん聞かれ、明るい雰囲気の中での会となりました。

ベビィサロン



11月のベビィサロンのテーマは「共育ち子育て」でした。講師の北口さんからは、テレビ、スマホを離し静かな空間で「毎日30分間だけは赤ちゃんに向き合い1対1の遊び時間を続けましょう。」と。一緒に遊び、発見、共感し感動したことを言葉で伝える。赤ちゃんの言いたいことを代弁する。そうして親から愛されているという実感を持たせた子は、人を信じ、自分を信じる子になっていけるとのことでした。『自分が大好き』と言える子に♡♡♡

また、ママからの質問には離乳食のことアレルギーのこと夜泣きについて等々ありました。講師はひとつひとつ丁寧に自身の経験を踏まえて答えられました。



12月の
ベビィサロンは
「口・歯のお話」です。



父ちゃん広場



11月22日(土)に父ちゃん広場を開催しました。2歳～4歳のお子さま4名とパパ3名、3組が参加されクリスマス製作をしました！

画用紙で作ったツリーにシールを貼ったり、モールをくっつけたりしました。かわいく飾りつけをしたツリーは立体的に組み立て、ツリーの前にはとってもキュートなびびサンタが並びました♡♡♡

他にもセンサーボトルも親子で作りました。ボトルに星型のラメパウダーやハート型のビーズを入れて液体と混ぜました。ボトルを振るとキラキラとゆらめく様子は雪のようにきれいでした◎

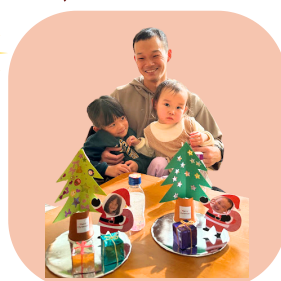


パパに絵本を読んで
もらったよ♡

完成～!! /



パパと共同作業♡



ご予約された方 お待ちしております！

12月13日(土) 2025年

10:00～11:30

会場
親子ほっとステーション遊戯室
(下河崎町79-2)

定員
親子20組(60名) <要事前予約>

対象
親子つどいの広場まんま
ファミサポご利用の親子
<未就学児に限る>

参加費
1人200円
(大人子ども問わず)

クリスマス会

かもママ



2025年12月 イベントカレンダー



親子つどいの広場まんま

＊開設日＊

月～金曜日 9:30～15:00 (お休み **休**)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ベビィサロン【前期】 〈口と歯のお話〉	3 	4	5	6 にこば 親子サロン
7 休	8	9	10	11 アラ40ママ サロン まんぶく食堂	12 リアリゼ	13 クリスマス会
14 休	15 	16 ベビィサロン【後期】 〈口と歯のお話〉	17	18 ちびっこ 音・動・楽♪	19	20 わらわら～っと 広場
21 ママ塾 うちの子身体が固い (1才～)	22	23 	24 リアリゼ	25 お誕生会 まんぶく食堂	26 	27 休
28 休	29 休	30 休	31 休	 予約が必要なイベントがあります。 詳細はHPまたは Instagramをご覧ください。 かもママHP		

にこば親子サロン

今回の親子サロンは、動物にちなんだ絵本や製作でした！講師に「どうぶつしんちょうそくてい」という動物がたくさん出てくる絵本を読んでもらいました。参加されているお子さんたちは、動物たちが並んで背をはかる姿に興味津々でした。「どの動物さんが大きいか？」などお話ししながら、みんな笑顔で絵本の世界に入りこんでいました！他にも「こぐまちゃんのうんてんしゅ」や「くつついた」などの絵本をリクエストしてくれ、みんなで絵本を楽しみました。



制作では「クマさんの得点ゲーム」を作ってみました！段ボールで作ったクマさんの土台に顔や手、足を画用紙で作ったパーツを貼り付け、みんなで可愛いクマさんを作りました。3歳以上のお子さんは自分でハサミを使いチョキチョキ…✂ノリでペタペタも楽しんでいました😊

クマさんのお腹には紙コップを並べ、そこに点数を書いたら、得点ゲームの完成！お子さんはピンポン玉を投げ入れ、嬉しそうに遊んでいました。



次回は
R8
1/10(土)
開催予定です

第4回ハイハイレース

11月15日(土)に開催された「ハイハイレース」は、今回もたくさんの笑顔に包まれました。

最初のレースでは、スタートの合図があっても、誰も動かず、会場は思わず笑いに包まれました。

スタート位置で手を離れた瞬間、ママのもとへ笑顔でまっしぐらに向かう子、司会スタッフに興味津々で近づく子、途中で泣き出してしまう子、他のママのおやつに誘われてコースアウトしてしまう子、赤ちゃんのひとりひとりの反応に、会場中がほっこりとした空気に包まれました。

ゴールで待つ保護者の方々も、早くゴールしたお子さんを嬉しそうに抱き上げたり、ゴール手前で止まってしまったわが子に笑いながら声をかけたりと、それぞれにあたたかな表情が見られました。

今回は前回よりも参加者が増え、レースの回数も多くなりましたが、泣き出す子も少なく、終始にこやかな雰囲気の中で無事に終了しました。

