

♪リズムミンの会 各クラス月に1回♪

☆こあらクラス☆
日時：基本第3金曜日10：00～11：30
場所：アイセル21 音楽室
対象：1才～未就園児の親子
定員：20組
会費：500円
(ふじはなカードを使うと300円です)

☆英語リトミック☆

小山クラス
日時：HPをご覧ください
定員：20組です。
時間：10：00～11：30
対象：1才～未就園児 会費：500円
ベビークラス
対象：6ヶ月くらい～23ヶ月くらい
日時：基本第2 or 3木曜日
定員：20組です。
時間：10：00～11：30
会費：500円



☆清水クラス☆

日時：基本第3月曜日10：00～11：30
場所：伊比水産ゆうゆう館（袖師756-3）
会費：500円
対象：6ヶ月くらい～未就園児の親子
定員：15組

☆ぱんだ&しろくまクラス☆
(大里リトミック)

1年間通して行うリトミックです。対象：平成25年度生まれと平成26年度生まれ

☆リンリンリズム親子体操☆

1年を通して行う親子体操です。
対象：1才～未就園児親子。よっし～先生のリズム体操だよ

♪絆力UPプロジェクト♪

全部の会を合わせたプロジェクトです。
☆季節行事☆運動会、夏祭り、ハロウィン、クリスマス、イヤーエンドパーティなど
幼稚園児、小学生向け科学実験講座もあり！
☆住まいとお金のやりくり講座☆
日時：年間4回（日程はHPで）
時間：10：00～13：00
対象：ママならどなたでも
参加費：500円（託児/ランチつき）



♪てんでんカフェ♪

日時：月1回基本第1火曜日
時間：10：00～11：30
対象：転勤族&転入者の親子
会費：500円

♪Cheerful Momの会♪

☆チアササイズ☆
日 程：月に1回 水か木曜日
時 間：10：00～11：30
場 所：アイセルフィットネスルーム
持ち物：タオル・バスタオル（あればヨガマット）体操ができる服装
会 費：500円
内 容：チアササイズ（引き締め体操・骨盤体操・リラックス）とママのおしゃべり
定 員：15組
※小さなお子さん連れで参加出来ません

☆ピラティス☆

日 程：月に1回 基本最終月曜日
場 所：清水ゆうゆう館（袖師756-3）
時間：10：00～11：00
対象：0歳児～とそのママ
(親子で出来ます)
幼稚園ママ小学生ママもぜひ！
持 物：ヨガマットかバスタオル、体操の出来る服装
定 員：15組 会費：500円

♪ベビーコミュニケーションの会♪

☆ベビーマッサージ☆
日 時：月1回 土曜日10：00～11：30
場 所：アイセル21和室
持ち物：バスタオル・飲み物(母乳OK)
会 費：1000円（オイル/お茶お菓子込）
対 象：生後1ヶ月～12ヶ月くらい
定 員：15組

☆ひよこクラス☆

日 時：基本第1金曜日10：00～11：30
場 所：アイセル21か、西部SGC
内 容：リズムあそびやベビーサイン、おひるねアートなど0歳児の為のクラス
内容は月によって違いますのでHPで確認してください。

☆大岩二丁目子育てママサロン☆

日 時：第3火曜日10：00～11：30
会 場：大岩二丁目集会所
対 象：大岩二丁目町内会の0歳児親子

♪パパ会♪

パパ会 会員募集のお知らせ！
papa.yoshiyoshi@gmail.comへ題名「パパ会入会希望」と書いて頂き、送付して下さい

♪特別講座♪

6/30 「子ども前髪カットやアレンジのコツ」
8/9 「望月やすこさんの写真講座」
2/28 「お雛様手毬寿司講座」



「よしよし」
リズムコミュニケーションの会
ベビーコミュニケーションの会
Cheerful Momの会
パパ会



♪おたより♪ 2016年7月号 (第124号)

<発行>NPO法人よしよし
<HP><http://www.yoshiyoshi-bm.com/>
<よしよしFacebookページ>
<http://www.facebook.com/yoshiyoshi4c4c>
<代表>末吉喜恵
<連絡先>メール：yossy.yoshiyoshi@gmail.com
携 帯：090-1479-5997



お願い：各会、参加希望はホームページから申し込みをして下さい。
日にちが近くなりましたら出欠の確認メールを送らせて頂きます。
アドレスの登録をお願いします♪（メルマガでもお知らせをします）
パソコンから一斉メールを送りますので、受信出来るように設定をお願いします。

アイセルの駐車場は少なく、会員の方にはいつもご迷惑をおかけしています。
公共交通機関や自転車などで来ていただくといいかもです。
満車の場合は近隣の有料駐車場をご利用下さい。ごめんねo(_)_o^ コ

s参加費は出来るだけおつりのないようにご準備ください。

HPなどに活動記録として写真を掲載しています。ご了承下さい。

♪今月のうた♪



「七夕さま」

作詞：権藤花代・林柳波 作曲：下総皖一

- ささの葉 サラサラ
のきばに ゆれる
お星さま キラキラ
金銀砂子(すなご)
- 五色(ごしき)の たんざく
わたしが 書いた
お星さま キラキラ
空から 見てる



「いわしのひらき」

1、いわしのひらきが
＊潮ふいて ぱっ
すんずんちゃかー
すんずんちゃ;
すんずんちゃ;
ほっ



- にしんのひらきが
＊くりかえし
- さんまのひらきが
＊くりかえし
- しゃけのほらきが
＊くりかえし
- くじらのひらきが
＊くりかえし

「よしよしいい子だね」

(作詞作曲/末吉喜恵)

- ①いいこだね ○○ちゃんは いいこだね ○○ちゃんは
＊ママ (パパ) の子どもにうまれてきてくれて
ありがとう だいすきよ
- ②かわいいね ○○ちゃんは かわいいね ○○ちゃんは
＊くりかえし
- ③ねんねこよ ○○ちゃんは ねんねこよ ○○ちゃんは
＊くりかえし



♪よっし〜のひとりごと

7月です！もう今年の半分が終わってしまいました。子育てしていると本当に時間があっという間に過ぎてしまうな〜と思います。それだけ、充実しているということになりますが、必死に頑張っている証拠なんだよね〜。これを読んでくださるみんなも「よく頑張ってるね」とほめてあげたい！！

NHKスペシャルでやっていたことですが、太古の昔から子育てはたくさんの人と一緒に協力しあってすることが当たり前だったようです。しかし、今の日本は核家族で、出産後1ヶ月間くらいは実家など手伝ってもらうけど、あとは自分の家に帰ってきて夫婦だけで子育てしてる人も多いはず。でも、ママの負担は大きいもので、一人で子育てしていると、これであってるのかな？なんで泣くんだらう？なんで夜寝ないんだらう？なんで離乳食食べてくれないの？とか不安がたくさんあります。そして、毎日の中に達成感がないのです。仕事など、頑張れば頑張った分やりきった後の成果がありますが、子育てはその成果がなかなか実感できない。これで合ってたのかなって、10年20年くらいはかかるんじゃないかと思えます。その達成感がなかなか感じられないというのはなんかとても大きくてそれがストレスになることも多いのではないかと思います。女子は特に話すこと、共感してもらうことで気分がすっきりします。なかなか最初は声をかけ辛い方もいるかもしれませんが、みんな同じママです！上手に子育てしてそうなママも実は悩みはあるのです。同じようなことを感じていたり悩んでいたりしてるのです。よしよしでは各クラスの後の“おしゃべりタイム”を大切にしています。たくさん話してたくさん聞いてリフレッシュして欲しいな〜と思います。

おすすめの本
「あめのひくろくま」

作・絵：たかいよしかず
出版社：くもん出版
絵本ナビより
<http://www.ehonnabi.net/>

7月もまだまだ雨の日が多いですね〜洗濯物が乾かなくて大変です！でも子どもと一緒にてるてる坊主をつくとなんか楽しくなりますよ〜未婚にかわいい傘も買ったので、雨の日も歩くの楽しみです
(よっし〜)



<出版社からの内容紹介>

- きょうはあめ。
- しとしと ぱらら しと ぱらら。
- くるくまくんは、てるてるぼうずをたくさん作ってつるしました。
- 傘をさして外に出ると、かえるさんが「にぎやかな おさんぼだね ケロ〜！」
- てるてるぼうずさんが、後ろをついてきているのに、くるくまくんは全然気がつきません...
- いたずらなてるてるぼうずたちが、雨の日を起こすちいさな奇跡。
- くるくまくんのおとぼけぶりに、雨の日が楽しくなる、かわいいお話です。
- リズムのよい文と、シンプルでわかりやすい絵が、小さなお子様への読み聞かせにも最適。

よしよしプレミアム会員

28年度プレミアム会員 募集します！

これは3,000円の年会費で、年間5回あるお祭りやイベント、もしくは定例会などの参加費の8回分無料となり(4000円相当)です。

- よしよしにたくさんく
- という方はとてもお待ち
- 詳しくは末吉まで!

よしよしを応援して下さる企業様

シーフィールド様/住まいの提案静岡:アドック様
cheers:リングラッド様/まぐろの伊比水産様
ふじみ歯ならびクリニック様
(株)リンク様/マルモホーム様
静岡子育てタクシー (静岡ひかりタクシー様、千代田タクシー様、南急観光様、静岡交通様、さくらタクシー様)
(株)レモンガス、アクアクラ様

子育て応援団大募集

一緒に子育て支援をサポートして下さる方々や企業の皆様を募集しています。私たちに、皆様のお力をお貸し下さい。よろしくお願ひします。



ふじみ
歯ならび
クリニック

こんにちは！「ふじはな」です！みなさん知っていますか？どんな食べ物を食べるか、も大切ですが、**どうやって食べ物を食べるか**、もすごく大切ですよ！ポリフェノールやβカロチンが体に良い成分だと聞いたことがあると思います。このような成分の話も大切ですが、普段の食事をどのように食べるか、ということも大切なんです。**食事の時の姿勢は、足がブラブラしないようにしましょう。**足が地面についていないと首の位置がグラグラして定まらず、噛む筋肉がうまく働かないと言われてます。**イスの高さが高くてブラブラしてしまう時は、新聞か雑誌の束を置いて、足が着くようにして食べましょう！**食べるときの正しい姿勢を身につけて、健康になりましょう〜