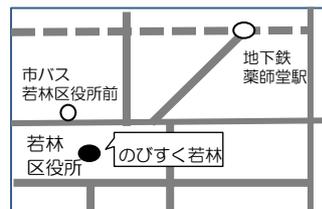




こめこみ

【アクセス】



地下鉄東西線薬師堂駅下車 徒歩約10分
仙台市営バス「若林区役所前」下車すぐ
※区役所の南側駐車場をご利用いただけます。
ただし、混雑も予想されますのでできるだけ公共交通機関をご利用ください。

【発行】 仙台市子育てふれあいプラザ若林 のびすく若林

〒984-0811

仙台市若林区保寿院前丁 3-1 若林区中央市民センター別棟等複合施設 2F

TEL: 022 (282) 1516 FAX: 022 (282) 1609

開館時間: 9:00~17:00 (一時預かりは9:00~16:30)



お電話おまちしています！

みなさんお元気ですか？自粛生活が長くなり、体調を崩したりしていませんか？

のびすくは臨時休館のため、ひろばや託児をお使いいただけず心苦しく思う日々ですが、電話による相談は受け付けています。「子どもとずっと家にいて息が詰まってしまった」「誰かとしゃべりたかった」などのお電話をいただいています。「ひろばで話すような感覚でスタッフとおしゃべりしたい」などでも構いません。

みなさんのお声を聞かせてくださいね。お待ちしております！

子どもとずっと家にいてストレスがたまっている…

不安な気持ちを誰かに聞いてもらいたい…

そんな時は子育てコーディネーター

(Nokoco)が電話相談をお受けします。

〈のびすく仙 台〉 TEL022-726-6181
(9:30~17:00) ※月曜・祝日の翌日はお休み

〈のびすく宮城野〉 TEL022-352-9813
(9:00~18:00、土曜は~17:00) ※日曜・祝日はお休み

〈のびすく若 林〉 TEL022-282-1516
(9:00~17:00) ※月曜・祝日の翌日はお休み

〈のびすく長町南〉 TEL022-399-7705
(9:30~17:00) ※月曜・祝日の翌日はお休み

〈のびすく泉中央〉 TEL022-772-7341
(10:00~17:00) ※月曜・祝日の翌日はお休み

※開館時期等の情報はのびすくホームページをご覧ください。

おうちであそぼう！



♪むすんでひらいて (足バージョン)

♪むすんで



①足を伸ばした子どもの足首を持って、軽く上下に動かします

♪ひらいて



②閉じた足を開きます。(子どもが痛がったりびっこりしたりしないよう、開きすぎに注意！)

♪あしをうって



③足をとんとん4回合わせます

♪むすんで



④①を繰り返します

♪またひらいてあしをうって



⑤②③を繰り返します

♪そのあしをうえに



⑥足を持ち上げ「ぶらぶらぶら〜」と振ります
☆「ぶらぶらぶらぶら〜」とくぐるなど、バージョンを変えても！

ししまきのうた

「こびとさん」の部分を、お子さんの名前や好きなキャラクターに変えたり、ご家庭で楽しくアレンジしてみてくださいね！

① ししまきまき
いしまきまき



両手の握り拳を膝の前で回す

② ひいて ひいて



両手を曲げ2回肩を横に引く

③ トントントン



握り拳を交互に3回叩く

④ できた
できた



顔の前で両手を交差させ、キラキラさせながら下ろす

⑤ こびとさんの
めくつ



手拍子と4回打つ

ブログ更新中！

休館中は毎週ブログを更新します。子育て情報等をお知らせしたいと思いますので、お楽しみに！

