

かるがも通信

2月号

vol.022
2025年2月1日発行
長崎ココウォーククラブ

梅のつぼみがほころびはじめ、春のおとずれを感じる季節となりました。
皆様いかがお過ごしでしょうか?穏やかに晴れた風のない日は、春探しのお散歩もよいものです。
お子様が発見した春のお話をぜひ聞かせてください!

連絡事項

1月から皆勤賞が始まっています。
月4回すべて（月12回の方は1ヶ月に6回）
参加できたら1ヶ月皆勤という形になります。
景品は2・5・8・12ヶ月目にもらうことができ、1枚目が終了したら次のカードをお渡しいたします。
出席簿を見てこちらで出席回数をカウントしますので、レッスンに参加される際は必ずケース・台紙にお名前のご記名をお願いいたします。

2月より担当コーチが変わります!

もり かなみ
森 佳奈美
コーチ



水 10:30~11:20

楽しいレッスンを心がけますので
よろしくお願いたします。
子育ての悩みやご相談もありましたら
気軽にお声かけください!
よろしくお願いたします!

もり すずな
森 鈴奈
コーチ



木 10:30~11:20

日 12:45~13:35

週2回ベビークラスを担当することになりました!
みんなが明るくなるような楽しい
レッスンを心がけます。
よろしくお願いたします!

発育にそった食育活動

食べることは生きる上でとても重要で、心と身体の発達に重要な関係があります。
始めは保護者様から援助を受けながら食事をする中で、保護者様との信頼関係を築いていきます。やがて、自分の力で食事をする
ことができるようになり、自主性を育んでいきます。そして、家族やお友達と一緒に楽しく食べる経験を積んでいき、豊かな人間性を育
んでいきます。発育にそった食育活動の目的を参考に、おうちでも食育活動にトライしてみてください。

0歳児の食育活動の目的

- ①自分の意志で口を動かすことを学習する時期です。
- ②一人一人の発達にそった離乳の進め方をします。
- ③食べたいという意欲を形成します。



1歳児の食育活動の目的

- ①生活のリズムを確立する時期です。
- ②朝・昼・夜「きちんと」三食規則正しく食べます。
- ③食べるために技術的な能力を身につけます。



2歳児の食育活動の目的

- ①食事の仕方を身につける時期です。
- ②食事時間は、30分を目安にします。
- ③スプーンやフォークの使い方を身につけます。
- ④食事のマナーや挨拶を伝えます。



ステップアップシステムのご案内 ~コース移行のおすすめ~

現在通っているコースでの練習が物足りなくなってきた、ジュニアコースに変更できる年齢になった、そんな時期を迎えたら、
いよいよ次のステップです!『お子様が一人でレッスンに参加する』ジュニアスイミングスクールに移行しましょう。移行の際には、
ステップアップシステムというものがあります。

ステップアップシステムとは、ジュニアスイミングスクールへ移行するにあたり、変更希望先のクラスへ無料で
1回レッスンを体験をすることができます。(要予約)

移行が決定した際には、担当コーチより修了証が授与されます。また、現在親子ベビーコースに通われている方には、
さらにジュニアスイミングスクール指定教材である、水着、キャップ、バッグの指定教材3点がプレゼントされます。

移行先等の詳細は担当コーチまたは、フロントスタッフまでご相談ください。

