



# 文教ペンギンルーム

## 「子育てトライアングルあいあい」

### ニュース 2023年12月号



今年もいよいよ最後の月となりました。12月の文教ペンギンルームでは、「ママサポートプログラム」「ミュージックプログラム(クリスマスバージョン)」を企画しています。初めての方の参加も大歓迎です。ぜひご参加下さい。




### ★文教ペンギンルーム 12月の予定について★

①12月8日(金) 9:00~12:10 文教ペンギンメソッド体験実習 (教育相談論Ⅱ受講生)

②12月11日(月) 10:40~12:00 ママサポートプログラム①  
 テーマ：ストレスの原因、対処法とは？【定員：5組】  
 担当：三宅 彩枝



(0歳~5歳頃までのお子さんをもつお母さんが対象のプログラムです。このプログラムでは、子育てのストレスを軽減し、より楽しく子育てをするためのヒントについて皆さんと一緒に考えます。2023年度のママサポートプログラムは、参加者の皆さんと語り合いながら進めていきます。託児はありませんが、お子さんと一緒に参加していただいても大丈夫です。詳細は [penguin@do-bunkyo-dai.ac.jp](mailto:penguin@do-bunkyo-dai.ac.jp) へお問い合わせ下さい。)

③12月20日(水) 11:00~12:00 ミュージックプログラム   
 ~楽しい絵本と音楽の世界 クリスマスバージョン~【定員：10組】  
 担当：西野 美穂・三宅 彩枝

(0歳~5歳頃までのお子さんと保護者の方が、絵本と音楽を楽しむための親子参加型プログラムです。絵本の読み聞かせとピアノ演奏を一緒に楽しみましょう。)

②に参加希望の方は、12月5日(火)迄、③に参加希望の方は、12月14日(木)迄にスタッフの西野、三宅へご連絡をお願いします。

(受付Eメールアドレス：[penguin@do-bunkyo-dai.ac.jp](mailto:penguin@do-bunkyo-dai.ac.jp))

初めて申し込みされる方は、メールにて、お名前、お子様と参加の場合はお子様のお名前と年齢を、記載の上お申し込み下さい。順次ご返信させていただきます。

### 【問い合わせ先】

北海道文教大学 子育て教育地域支援センター (通称 文教ペンギンルーム)

担当：加藤 裕明(センター長)・西野 美穂・山本 愛子・竹内 智香・三宅 彩枝

Email [penguin@do-bunkyo-dai.ac.jp](mailto:penguin@do-bunkyo-dai.ac.jp) 電話番号(0123)34-0019(代表)

