

夏休み特別企画！

科学館に行こう 7月24日(木) 園児・学童

時間：10:00～12:00

場所：旭川市科学館サイパル
(園バスに乗って行きます)



★内容★

子ども達に人気の科学館。科学って、こんなにも
もしろい！見て・さわって・たのしめる、子ども
たちが夢中になる体験がいっぱい！ぜひ、科学館
にあそびに行きませんか♪

キッズヨガ 7月29日(火) 園児・学童

時間：10:30～11:45

場所：きくし幼稚園園内

講師：加藤先生（預かり保育担当）

服装：ズボンの着用をお願いします。（膝が隠れる
長さで、装飾が無いもの）

★内容★

～キッズヨガの目的と効果～

ヨガで1番大切なことは【呼吸】です。この深い呼
吸で、イライラした時や、落ち着かない時も、少し
ずつ穏やかになっていきます。

ヨガは、人と比べたり、競争したりしません。自分
の心と体と向き合い、自分の為にするものなので、
周りを気にしないでいいんです。「できる」「でき
ない」ではなく、自分のペースで楽しみながら挑戦
出来るのが、ヨガのいいところです。

ゆったりとした呼吸やポーズを行う事で、自分の心
をコントロールできるようになったり、普段しない
ような体の動きをするので、筋肉もほぐれ、柔軟性
がアップし、怪我をしにくくなります。

キッズヨガでは、絵本を読んだり、ゲーム遊びもし
ます。その中で、「集中力」や「想像力」「協調
性」が育っていきますので、是非ご参加下さい。



オリジナルトートバッグ作り 8月7日(木) 園児・学童

時間：10:30～11:45

場所：きくし幼稚園園内

参加費用：300円

★内容★

布をボンドで貼り付けたり、布ペンで絵を描いたりしてバ
ッグを作ります。貼り付ける布は園で用意しますが、当日
使用したい布がありましたら、形をくりぬいてお子様に持
たせて頂く事も可能です。

見本

