

9月の すくすく

西部子育て支援センター
(形原北保育園内)
TEL 57-8066

♪であい・ふれあい・ともだちいっぱい♪

暦の上ではもう秋ですが、日中はまだまだ日差しが強く暑い日が続いていますね。支援センターでは親子で楽しく過ごせるように色々な遊びを準備して待っています。是非遊びに来てくださいね。



利用時間(9:30~15:30) おやすみ(土・日・祝日) 対象(0歳~入園前の子と保護者)
(随時、子育て相談を受け付けています。子育てコンシェルジュもいます。) 駐車場の利用注意 

月	火	水	木	金
	1	2 わらべうた 11:00~	3	4 すくすくひろば 10:00~
7	8	9 ミニ講座 「ベビーマッサージ」 10:30~	10	11
14 エプロンおば さん 10:50~	15	16	17	18 園庭開放
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24測定日 (身長・体重が測れ ます)	25 測定日 (身長・体重が測れ ます)
28	29	30		

駐車場のお知らせ

○午前中、ひろば・講座参加の方で駐車場が混雑します。

午前中の駐車場利用はお控えください。

9/4(金) 9/9(水)

今後の講座案内

10/21(水)

ミニ講座 「応急手当」

申込 9/24(木) 9時30分~

プチ情報

暑い日はまだまだ水遊びが楽しめます。タオルや着替えを持って来てね。



秋バテ対策

「何となく体がだるい」「食欲が出ない」「寝つきが悪い」といった症状はありませんか？それはもしかしたら、夏の疲れがたまったり冷房による冷えなどによって現れる、いわゆる「秋バテ」の症状かもしれません。

以下のポイントを意識して親子で元気に過ごしましょう。

- お風呂はシャワーで済ませず湯船につかる。
- 冷たい飲み物は控えめにして温かい飲み物や栄養のある物を食べて元気をチャージ！
- 早寝早起きを心がけ十分な休息・睡眠を取る。

