



子育てひろば便り

令和6年10月発行



宮若市子育て支援センター

さくらんぼ 宮若市磯光1317-18
(TEL・FAX) 32-1319

たんぼぼ 宮若市宮田6-1
(TEL・FAX) 32-0885

たけんこ 宮若市竹原1-1
(TEL・FAX) 52-2002

朝晩の気温差が感じられるようになりました。
先週まで日中は太陽の強い日差し空には入道雲でしたが、風に秋を感じ見上げると、うろこ雲！！みなさんは、空を見上げてゆっくり雲をながめる…こと、ありますか？ すんだ青空にうかぶ雲や夕焼け雲、広い空を見上げて季節を感じ深呼吸をするのも良いでしょう。 深まりゆく秋を楽しみましょう。

ふれあい報告

9月11日(水) さくらんぼにて『手作りおもちゃを作ってあそぼう！』を開催しました。紙コップとストローを使用し可愛いオリジナル作品ができました。子ども達はお手伝い？したり、ウロウロしたり、大人はそれぞれおしゃべりしながら作業が進み楽しい時間となりました。



『そろそろ衣替え』

今年は、残暑が厳しく本当に秋になるのかな？と思うほどですが、季節は廻っています。日中と朝晩の寒暖差に備えて、半袖の上に羽織れる長袖など調整しやすい服を準備しましょう。服のサイズの確認もお忘れなく。



【食欲の秋】

秋は、果物や魚、キノコ類等旬の食材が豊富になります。

残暑バテ気味の身体に美味しい秋の味覚で栄養補給しましょう。



親子ふれあいタイム

10月16日(水)

「楽しいお話♪歌って遊ぼう！」

- ☆場所 さくらんぼ
- ☆時間 10:00~11:00
- ☆要予約 15組程度

次回予告

11月14日(木)

「親子で一緒にリフレッシュ体操！」

場所…さくらんぼ

講師…作本 薫 先生

申し込みは、宮若市公式LINE(電子申請→教室・イベント)よりご予約をお願いします。



「手洗い習慣」

「手洗い」は、誰もがすぐ出来る衛生の取り組みで、正しい手洗いを習慣づけることは、いろいろな病気から『自分を守ること』に繋がります。《手のひら》《爪》《親指のつけ根》《手の甲》《指と指の間》そして忘れがちな《手首》をしっかりと洗い、健康を守りましょう。