



社会福祉法人清和福祉会子育てサポートセンター

陽だまり&にこにこ通信

2024年 10月

陽だまり(きりしま保育園)

☎075-955-5480

にこにこ(こうたり保育園)

☎075-950-1520

食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、実りの秋…楽しみの多い季節がやってきました。「〇〇の秋」という言葉がありますが、お子さんにとって今年の秋は「どんな秋」になるのでしょうか。

また、これからの時期は心地よい秋晴れのもと、たっぷりと身体を動かすことも楽しいですね。日中の活動は自然と空腹を感じておいしくご飯が食べられ、適度な疲れはしっかりとした睡眠にも繋がります。生活リズムの安定は、身体だけでなく心の健康にも大切です。生活リズムを整えながら季節の変わり目を元気に過ごしましょう！

★10月の予定★

	陽だまり(きりしま保育園)	にこにこ(こうたり保育園)
園庭開放	17日(木)	9・23日(水)
一時預かり	18日(金)	19日(土)

※園庭開放は、10時00分～11時00分です。1日10組の事前申し込み制です。空きがある場合は当日も受け付けております。付き添いの方は、基本お一人様でお願いします。

※陽だまり「親子ヨガ」、にこにこ「にこにこサロン」を下記の予定で企画しています。

詳しくは各園にお電話でお問い合わせください。

※一時預かりは事前申し込み(実施日1ヶ月前～1週間前まで)が必要です。各園にお問い合わせください。

※各園、園見学を受け付けています。日時等は、各園にお電話でご確認ください。



陽だまり(きりしま保育園)「親子ヨガ」、

にこにこ(こうたり保育園)「にこにこサロン」の予定



	陽だまり「親子ヨガ」	にこにこ「にこにこサロン」
開催日	11/21(木)・12/5(木)・2/6(木)	11/16(土)・1/11(土)
対象者	生後3ヶ月～1歳3ヶ月までの親子	0～5歳児までの保護者(お子様連れも可)
定員	12組	5組
受付期間	実施日1ヶ月前～当日まで	実施日2ヶ月～2週間前まで
その他	講師：藤井 雅子氏・参加費無料・飲み物持参・動きやすい服装でお越しください	在園の方も参加可能・飲み物持参

★9月、各園の様子★

5日は、陽だまりではじめての「親子ヨガ」を開催し、6組の親子に体験していただきました。まずは、お母さんがヨガ体験😊産後や日々の育児で疲れた身体をケアしながら心も身体もリラックスしていただきました。後半は、お子さんも一緒にヨガ体験！大好きなお母さんとアイコンタクトを取りながらゆったりとした時を過ごしてもらいましたよ。14日は、にこにこで初めての「にこにこサロン」を開催しました。初回ということで1組の参加でしたが、育児や園生活の疑問などいろいろなお話ができました。話すこと、聞いてもらうことで気持ちが軽くなったり、余裕が生まれるきっかけにもなります。どんな話題でも大丈夫です！気軽にご参加いただければと思います。

その他、9月は室内で風船遊びや園庭にプレイマットを敷いておもちゃで遊んだりしました。