



小さな森こども園  
 子育て支援センターどろんこ  
 室長 金淵 まゆみ  
 ☎ 0176-23-4794  
 Fax 0176-23-4893

令和6年8月



蒸し暑い日が続いていますね。8月は生活リズムも体調も崩れがちです。規則正しい生活を心がけ(早寝、早起き、睡眠は大切!!)冷たいもの、甘いものの取り過ぎに注意して(糖分の取り過ぎは食欲減退につながります)暑さに負けず元気に過ごしたいですね。また、あせもやおむつかぶれなど肌のトラブルも多くなります。汗をかいたらこまめにふいて着替えて、清潔にしてくださいね。

- ☆親子ふれあいダンス☆  
日時：8月2日(金) 9:30~
- ☆ピラティス☆  
日時：8月20日(火) 9:30~
- ☆ママストレッチ☆  
日時：8月23日(金) 9:30~  
講師：YUKIE先生

## ~夏のうちわ作り~

日時：8月6日(火) 9:30~ \*5組  
 子どもの手形を使ってうちわを作しましょう。  
 参加費：おやつ込 200円



\*親子ヨガ\*

日時：8月30日(金) 9:30~  
 講師：ヨガインストラクター  
 安齋 香 先生  
 おひさま助産院  
 佐々木悦世先生

8月の行事予定	
1	木
2	金 ★親子ふれあいダンス 9:30~
3	土
4	日
5	月
6	火 ★夏のうちわ作り 9:30~
7	水
8	木
9	金
10	土
11	日
12	月
13	火 支援センターお休み
14	水
15	木
16	金 ★のんびりの日 9:30~
17	土
18	日
19	月
20	火 ★ピラティス 9:30~
21	水
22	木
23	金 ★ママストレッチ 9:30~
24	土
25	日
26	月
27	火 ★ランチデー 9:30~
28	水
29	木 ★お散歩らびっとデー 9:30~
30	金 ★親子ヨガ 9:30~
31	土 ★土曜開放日 9:30~

\*お散歩らびっとデー  
 日時：8月29日(木) 9:30~ 5組  
 持ち物：必要な方はベビーカー、抱っこひも  
 参加費：300円  
 \*自然を感じながらお散歩をし、「どろんこ」近くの「ぶちぶろう・喫茶らびっと」に行ってお茶タイムをしましょう。

\*子育て支援夏休み よろしくお願いたします  
 8月9日(金)~8月15日(木)まで「どろんこ」の夏休みとさせていただきます。  
 \*土曜開放日  
 日時：8月31日(土) 9:30~12:30  
 なかなかお仕事で参加できない「パパ」たち、普段子どもたちがどんな遊びをしているのか、一緒に参加してみませんか。