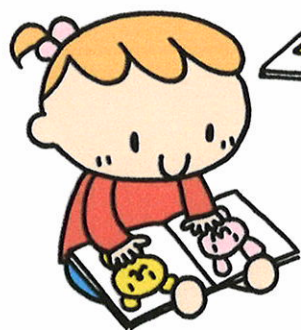




フレイルームだより

令和8年10月 廿日市子育て支援センター



朝夕がやっと涼しくなり、秋の気配も段々と感じられるようになってきました。10月は一年で一番過ごしやすい季節でもあり、秋の実りもいっぱい時期です。自然に触れながら戸外で体を動かしたり、秋の味覚をたくさん味わえたりするといいですね。その反面、朝夕の気温差が大きくなり風邪をひきやすい季節ですので、気温に応じて衣服の調節をするなど体調管理には気をつけていきましょう。



10月の行事予定

6日(火)	11:00~11:30	わらべうたあそび	
8日(木)	11:00~11:15	絵本のひろば	
14日(水)	10:30~11:30	ピヨピヨひろば(新聞紙で遊ぼう)	
15日(木)	10:00~10:45	ふれあいあそびとマッサージ(首が座った位~7ヶ月)要予約	
	11:00~11:45	ふれあいあそびとマッサージ(8ヵ月位~1歳前後)要予約	
19日(月)~	9:00~11:00 13:30~16:00	作って遊ぼう 親子製作「ふくろう」(吊り飾り)	
20日(火)	10:00~11:00	離乳食作り(要予約)	
5・13・20 (月・火・火)	10:00~11:30	子育て応援プログラム(予約は終了しました) ※5・13・20日の午前中は、子育て講座のため利用できません。	
11月の行事予定			
		10日(火) 親子ヨガ	12日(木) 絵本のひろば
		16日(月)~作って遊ぼう	



子育て講座「親子ヨガ」の申込み



日時 令和8年11月10日(火)
対象 ・10:00~10:45
首がすわった位~1歳の親子
・11:00~11:45
1歳以上の親子
講師 荒田 和子先生
場所 あいプラザ 2階 健康指導室
参加費 無料



その他 水分補給の飲み物持参、動きやすい
服装でお越しください。マット(敷物)はこ
ちらで準備します。

申し込み 10月13日(火)より電話及び来所にて
受付開始。(平日のみ受付)
TEL (0829) 20-1612



作って遊ぼう9/7(月)

今月は、「ロケット」を親子製作しました。パスでぐるぐるなぐり描きをしたり、のりでお星様の飾りやパーツをつけたりしていくと、カラフルで個性豊かな、楽しいロケットが出来上がりました♪

プレイルームの天井でゆらゆら気持ち良さそうに揺れています。どうぞご覧ください。



9月は13組28名のたくさんの親子が参加されました。

絵本「おおきいちいさい」
「どんぐりコロちゃん」
「ぎったんこばったんこ」
「だるまさんが」など6冊で、
わらべうたやふれあいあそび
をまじえながら、絵本の世界
を親子でゆったりと楽しみま
した♪



ベビーダンス 9/17(木)

日本ベビーダンス協会の岡山枝里先生による今年度2回目の講座。18組の参加者で会場は熱気いっぱい！音楽に合わせて体を動かし、気持ちよい汗をかきながら、ベビーダンスを楽しみました♪

抱っこ紐の正しいつけ方も一人一人丁寧にみてもらい、ポイントも教えていただいています。正しい位置につけることで、体への負担が減り骨盤矯正にも繋がるそうです。

スタッフも教えていただいているので、知りたい方は、ぜひご相談ください。

次回のベビーダンス講座は、1月14日(木)です♪

