



子育て支援センターだより R8・10月号

ぽかぽか

佐分利子育て支援センター



日に日に過ごしやすい季節になり、秋も深まってきました。秋といえば「食欲の秋」「芸術の秋」「スポーツの秋」など、さまざまに言われますが、みなさんはどのように過ごされるのでしょうか。朝夕と日中の気温差が大きくなり、体調を崩しやすい時期でもあります。衣服の調節や十分な休息を心掛けながら、秋ならではの遊びや自然に触れる時間を楽しんでいきたいですね。今月も親子でホッとできる時間を大切にしながら、楽しく過ごしていきたいと思います♪

【10月の行事予定】

子育てサロン

場所: 佐分利保育園

10月9日(金) 10:00から11:00

ふれあい遊び

中塚幸子先生と楽しい時間を過ごしましょう

9月4日 ミュージックケア月

9月17日 十五夜制作☆



ぽかぽか広場

場所: 佐分利保育園

10月13日(火) 9時45分保育園集合

遠足ごっこ

園児たちとこの森へ遊びに行きましょう！

ベビーカーでの参加もOKです。

※雨天の場合は園内で遊びます。

わんぱくガーデン

場所: 佐分利保育園

10月22日(木) 10:00から11:00

運動会ごっこ

元気いっぱい よーいドン！

ぽかぽか出張所 場所: ふるさと交流センター・和室

10月27日(火) 10:00から11:00

ハロウィン制作(申し込み16日まで)

おばけやカボチャを作ろう☆

※(11時より出張相談をしています)

実りの秋♪お米のおはなし🍵

春に田植えをしてから、秋の稲刈りまで約4カ月前後。その間、太陽の光を浴びてぐんぐん成長します。稲から収穫した「もみ」は、もみ殻を取ると「玄米」に、さらにぬかや胚芽を取り除くと「白米」になります。私たちが毎日何気なく食べているお米は、たくさんの時間と手間がかけられているんですね。

そんなお米には、どんなパワーがあるの？
お米の主な栄養素は『炭水化物』です。体を動かしたり、脳を働かせたりするための大切なエネルギーになります。その他にも、たんぱく質やビタミン、ミネラルなどが含まれ、腹持ちが良く、満足感も得られやすいです。「噛むと甘くなってきたね」と親子で会話を楽しみながら、旬の新米をぜひ味わってみてください♪



【申し込み、問い合わせ先】

佐分利子育て支援センター(佐分利保育園内)

開設時間 9:00~15:00(月曜日~金曜日) TEL 78-1260 FAX 78-1232