



びよっこ通信 7月号



桜川市子育て支援センター 真壁 2018年7月号
 桜川市真壁町山尾604番地1
 真壁福祉センター 0296-54-2361
 子育てルーム専用 0296-55-5131

夏のレジャーシーズン到来です。山や川、海など、自然を楽しむチャンスがいっぱいですよ！
 ただ、つつい開放的になって生活リズムが乱れたり、暑さで冷たい飲み物の摂取が増えたりして、疲れが溜ることも。規則正しい生活を送り、疲れが軽減するよう子どもたちはお昼寝を取り入れて、暑さに負けない体力をつけていきましょう。

7月4日にじゃがいもの収穫を行います。みんなでほりほり楽しみましょう。



7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2 am すくすく 朝顔をさかそう pm びよっこ	3	4 am ミニ講座① (予約必要) じゃがいもほり隊 pm びよっこ	5	6 am すくすく 朝顔をさかそう pm びよっこ	7
8	9 am すくすく 朝顔をさかそう pm びよっこ	10	11 am ミニ講座② (予約必要) 親子で楽しむ食育講座 pm ママの講座 (予約必要) ママカルチャールーム	12	13 am すくすく 朝顔をさかそう pm びよっこ	14
15	16 海の日	17	18 am すくすく 朝顔をさかそう pm びよっこ	19	20 am すくすく 水あそび pm びよっこ	21
22	23 am ミニ講座 朝顔をさかそう pm よちよち (自由参加) 0歳児のお部屋	24	25 am すくすく 朝顔をさかそう pm ママの講座 (予約必要) ママカルチャールーム	26	27 am すくすく 水あそび pm びよっこ	28
29	30 am すくすく 朝顔をさかそう pm びよっこ	31				
＜午前＞9:30~12:00		＜午後＞1:00~3:30		子育て支援センター真壁 開所日 月・水・金 (9:30~12:00, 13:00~15:30)		
ア	すくすくルーム (テーマあそびと自由あそび)	びよっこルーム・ママの講座 (フリールーム・ママのための講座)		※祝祭日はお休みとなります		
イ	ミニ講座 (イベント・講話・親子製作)	よちよちルーム (0歳児専用) よちよち以外の日も0歳児の利用可能です。				
★子育て相談・・・子育てで心配なこと、悩み、どんな小さなことでも気軽に相談下さい。 開所日以外でも大丈夫です。お電話ください。						
○支援センターに遊びに来るときは、水分補給の飲み物やタオル等を持参しましょう。						

7月のミニ講座①

「じゃがいもほり隊」

日時・・・7月4日(水) 10:00から
(予約必要)

☆4月に植えたじゃがいもを収穫
しますよ。雨天顺延あり、詳しくはスタッフまで
持ちもの・・・汚れてもよい服装、畑で履く長靴、手ぶくろ



7月のミニ講座②

「親子で楽しむ食育講座」

日時・・・7月11日(水) 10:00から
(予約必要)

協力：食生活改善推進協議会
☆親子で食を楽しみ、すき、きらいをなくそう！
持ちもの・・・マイお箸orスプーンorフォーク
おてふき



ママの講座

「ママカルチャールーム」

日時・・・7月11・25日(水) 13:00から
(予約必要)

☆ママのための色々なカルチャーを楽しめます。
詳しくはスタッフまで・・・

水あそびについて

20日(金)から、毎週金曜日の午前中に
水遊びができます。

持ちもの・・・
水着・バスタオル・サンダル・水あそび用オムツ

ちょこっという話

土用の丑の日とうなぎを食べる説

江戸時代、夏になるとうなぎが売れずに困っていたうなぎやさんが、「土用の丑の日とうなぎの日」として売り出したところ、お店が繁盛したという一説があります。昔から丑の日に「う」のつく物を食べる習慣もあり、丑の日にうなぎを食べることが広まっていったようです。うなぎは良質なたんぱく質をはじめ、ビタミンA、E、B群やEPAなどを含みます。スタミナたっぷりのうなぎを食べて、暑い夏を乗り切りましょう。

