



ぴよっこ通信 3月号



3月に入り、ようやく春を感じられるようになりましたね。少しずつですが、陽の沈む時間も遅くなり、日中の時間が長くなってきました。温かい日差しの中、春を見つけにお子さんとお散歩を楽しんでみてはいかがでしょうか？道端にタンポポやつくしを見つけることが出来るかもしれませんよ！春はそこまで来ていますね♪♪

3月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	am すくすく pm ぴよっこ	2
3	4 am すくすく pm ぴよっこ	5	6 am すくすく pm ぴよっこ	7	8 am ミニ講座①(自由参加) たんぽぽさんの読み聞かせ pm ぴよっこ	9
10	11 am すくすく pm ぴよっこ	12	13 am すくすく pm ママの講座(予約必要) ママカルチャールーム	14	15 am ミニ講座②(予約必要) 大きくなったね会 pm ぴよっこ	16
17	18 am すくすく pm よちよち(自由参加) 0歳児のお部屋	19	20 am すくすく pm ぴよっこ	21	22 am すくすく 消防訓練 pm ぴよっこ	23
24	25 am すくすく pm ぴよっこ	26	27 am すくすく pm ママの講座(予約必要) ママカルチャールーム	28	29 am すくすく pm ぴよっこ	30
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)	ぴよっこルーム・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ご相談下さい。 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。						

3月のミニ講座①

「たんぽぽさんの読み聞かせ」

日時・・・3月8日(金) 11:00から
(自由参加)

☆読み聞かせボランティア「たんぽぽ」のみなさんによる読み聞かせタイムです。
親子で共有する素敵な時間を過ごしましょう。

3月のミニ講座②

「大きくなったね会」

日時・・・3月15日(金) 10:00から
(予約必要)

☆わが子の成長を振り返りながら、みんなで楽しいひとときを過ごしましょう。

詳しくは、スタッフまで

ママの講座

「ママカルチャールーム」

日時・・・3月13・27日(水) 13:00から
(予約必要)

☆ママによる、ママのための色々なカルチャーをみんなで楽しみましょう。

おしゃべりしながら、楽しい時間を過ごしませんか？

詳しくは、スタッフまで



食べ物は栄養や働きにより、黄・赤・緑でグループ分けをすることができます。黄は主に「主食」で、ごはん・パン・麺類などの糖質です。元気に遊んだり走ったり重い物を持ち上げたりする強い力を作ります。赤は主に「主菜」で、肉・魚・大豆卵などのたんぱく質です。しっかりした体を作ります。緑は「副菜」で、野菜・きのこ・海藻・果物など。ビタミン、ミネラル、食物繊維などを含み、病気から体を守ってくれます。バランスよくとることで、元気に過ごすことができます。