



ぴよっこ通信8月号



桜川市子育て支援センターまかべ発行 2019年8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

毎日厳しい暑さに負けそうになりますが、セミの声が「蝉しぐれ」と表現されるのは日本ならではの季節を音で感じさせてくれる風情がありますね。まだまだ暑さが厳しいですが、澄み渡る空は子どもたちの遊びたい気持ちをくすぐります。戸外あそびや水遊びの際は、十分な水分補給と休息がとても重要です。服装も通気性の良いものを着用し、こまめに汗を拭くなど工夫しながら暑い夏を楽しく乗り切りましょう。

睡眠や食事を上手に摂り、健康管理を心がけてくださいね。

8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 am すくすく オバケちょうちん pm ぴよっこ	3
4	5 am すくすく オバケちょうちん pm ぴよっこ	6	7 am すくすく オバケちょうちん pm ぴよっこ	8	9 am ミニ講座① (予約必要) 夏祭り pm 片づけ・清掃	10
11	12	13	14 am pm ぴよっこ(お盆)	15	16 am pm ぴよっこ(お盆)	17
18	19 am すくすく オバケちょうちん pm よちよち (自由参加) 0歳児のお部屋	20	21 am すくすく オバケちょうちん pm ぴよっこ	22	23 am ミニ講座②キラキラ ドームを作ろう (予約必要) オバケちょうちん pm ぴよっこ	24
25	26 am すくすく オバケちょうちん pm ぴよっこ	27	28 am すくすく オバケちょうちん pm ぴよっこ	29	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)		よちよち以外の日も0歳児の利用可能です。			
コ	よちよち以外の日も0歳児の利用可能です。					
ン	★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。						

8月のミニ講座①

「☆夏祭り☆」

日時・・・8月9日(金) 10:00から
(予約必要)

☆支援センターまかべの夏まつり!
みんなで元気いっぱい! 楽しんじゃおう!
みんなが作った可愛いうちわも持ってきてね★



お知らせ

8月9日(金) 午後の支援センターは
夏祭り片づけのため、お休みになります。

今年はお水遊びコーナーも用意しています!
※プールの用意は不要ですが濡れてしまうと
タオルやお着替えも必要になりますので
忘れずにお持ちください!!

8月のミニ講座②

日時・・・8月23日(金) (予約必要)

「キラキラ★ドームを作ろう」
持ちもの・・・はさみ、のり、キラキラビーズ、
小さめのペットボトルの空き容器
他にもボトルの中に入れていたものがあったら
持ってきてね! (^_^)

ちょこっといい話

食欲を促す食卓のひと工夫

アスコルビン酸とも呼ばれるビタミンCは、水溶性のビタミンで、野菜や果物など食品の他、添加物として使われたり
予防薬や治療薬としても用いられています。人は体内でビタミンCを生成できないため、食品からとる必要があります。
ビタミンCには主に、①抗酸化作用、②コラーゲンの生成、③免疫力の向上、④鉄やカルシウムの吸収率を高めるなどの
働きがあります。普段から、ビタミンCを含む野菜や果物を取り入れた食事を心がけていきましょう。

