



# おひさま広場 9月号

平成 28 年度  
あおぞら水元保育園  
Tel 03-3600-7080

## 育児講座

当園の管理栄養士による

「離乳食・幼児食について」

日時 9月27日(火)  
10:00~10:30

予約制(10組) 参加費無料  
予約直通電話 03-3600-7089

講座開催中お子さまは、一時預かりの部屋にて保育させていただきます。



### 《 子育て支援登録 》

- 登録有効期間は、毎年4月1日から3月31日の1年間有効です。
- すでに登録されている方も、次年度は継続のための『再登録』をお願い致します。
- 毎年4月からは新しい『おたのしみカード』になります。前年度の『おたのしみカード』のポイントは4月からのカードに持ち越しますので前年度のカードをお持ち下さい。

## お知らせ

- 9/7(水) 秋祭り  
9/12(月) ゴスペル  
9/27(火) 育児講座  
9/26(月) 身体測定週間  
~30(金) ※身測カードをお持ち下さい



## ♪ ゴスペル ♪

日時 9月12日(月) 10:00~11:00  
予約制(10組) 参加費無料

ブリリアント☆スターズさんによります  
「ママゴスペル」を行います。  
親子でゴスペルをお楽しみ下さい。

※ご参加の方は開始時間までにお越し下さい。



## 秋祭り

日時 9月7日(水)  
10:00~10:30

予約制(15組) 参加費無料 ※雨天決行

皆さんで盆踊りをおどりましょう。  
浴衣・甚平でのご参加も大歓迎です!



### 生活リズムを見直しましょう

生活リズムの乱れは、健康に悪影響を及ぼします。まずは、朝の生活を見直しリズムを取り戻しましょう。

- 遅く寝ても早く起きるようにすると早寝の習慣が付きまます。
- 起きたら、カーテンを開け太陽の光を浴びると、体も脳も目覚めます。
- 朝食を摂ることで胃腸が働き、排便を促がします。