



ふうの木

子育て通信 NO98. R元年. 11

弘西こども園地域子育て支援

岡山市北区弓之町9-2

(岡山中央小学校南隣)

TEL 222-8490

FAX 222-8491

<http://www.kids-nakayoshi.jp>

秋も一段と深まり、日だまりが恋しい季節になりました。こども園のシンボル「ふうの木」の葉っぱも少しずつ赤や黄色に色づき始めています。そんなふうの木の周りでは、こども園の子ども達が毎日元気いっぱい遊んでいます。

朝夕と日中の気温差が大きいこの時期は、空気も乾燥し風邪などにかかりやすくなります。そして、インフルエンザや嘔吐下痢症などの流行がこれから本番を迎えます。感染症にかからないようにまず大切な事は、手洗い・うがい、そして風邪をひかない体を作ることです。そのためにはバランスの取れた食事を摂る事が大切です。ビタミンやミネラルを多く含む冬野菜は、温野菜にすることでたくさん食べられるようになります。お母さんのアイディアで体の温まる一品をぜひ食卓に取り入れてみてください。そして、適度に運動して風邪に負けない元気な体作りをしましょう。

ますます寒くなるこれからの季節は、適度な運動とバランスの取れた食事で元気に過ごしましょうね。



作って遊ぼう

11月22日(金) 10:00~
(受付9:45~10:00)

子ども達が楽しみにしているクリスマスを前におうちの人と一緒にクリスマスグッズを作ります。世界に一つだけのオリジナルグッズを作りたいと思います。



正月あそびをしよう

1月10日(金) 10:00~
(受付9:45~10:00)

お手玉や福笑い、カルタなど一緒におうちの人や友達とします。正月のあそびを楽しみませんか？遊んだ後はみんなでおやつを食べます。

ぜひ、ご参加ください。

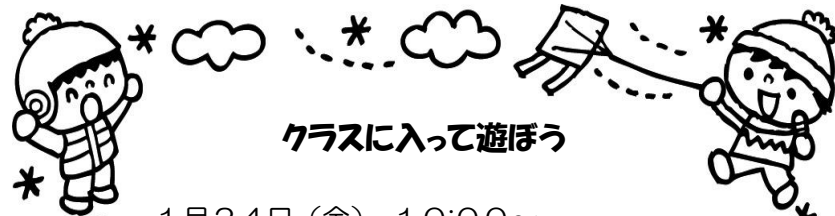
<持ってくるもの> ・お茶



クリスマス会

* 12月13日(金) 10:00~
(受付9:40~9:55)

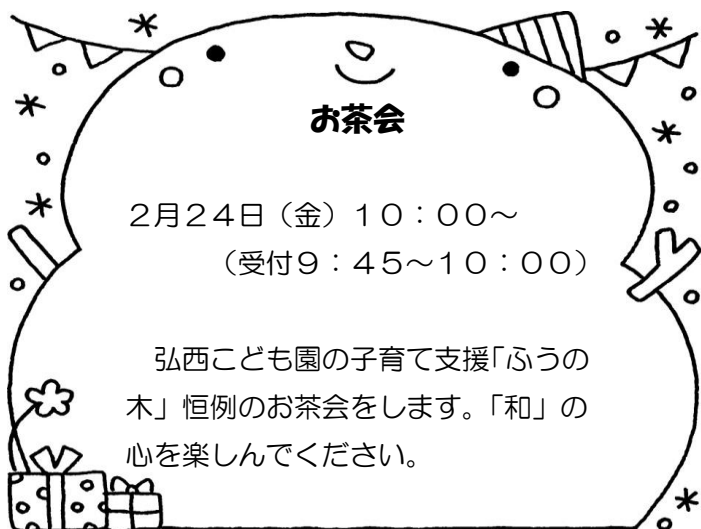
一足先に子育て支援ふうの木にサンタさんがやって来ます！そして、弘西こども園の子ども達も楽しいステージを見せてくれます。みなさんでサンタさんに会いに来てください。



クラスに入って遊ぼう

1月24日(金) 10:00~
(受付9:45~10:00)

同じ年齢の子どものクラスに入ってこども園の子ども達と一緒に遊びます。あそびの内容は当日のお楽しみです。たくさんの親子の方の参加をお待ちしています。



お茶会

2月24日(金) 10:00~
(受付9:45~10:00)

弘西こども園の子育て支援「ふうの木」恒例のお茶会をします。「和」の心を楽しんでください。