

9月



あおぞら広場



暑い暑いと言っていたのに、朝夕は風のさわやかさを感じます。いつの間にか、赤とんぼの群れや夕闇の早い訪れなどに秋を迎える準備が始まっている予感がしますね。でも、日中はまだまだ厳しい暑さが続きそうです。季節の変わり目は、体調を崩しやすくなります。気をつけていきましょう。

中郷南保育園

子育て支援センター

〈Tel〉 977-2182

令和元年度9月 第138号



9月の予定



3・4・5・10・11

12・17・18・19

24・25・26

園庭・フレイルーム

10:00~13:00



行事予定

●祖父母へのプレゼントを作ろう

11日(水) 10:30~

おじいちゃん・おばあちゃんにプレゼントをつくりましょう。

●絵本の読み聞かせ・手遊び

26日(木)

10:30~

絵本を見たり、手遊びを楽しみましょう。



残りやすい夏の疲れ

夏は、暑さの為に食欲がなくなったり、睡眠不足になったりすることが多く体調を崩しやすい時期です。

夏の疲れをとり、体調を整えるためには「生活のリズムの見直し」が大切です。

よく食べ、よく遊んで、よく眠る、という基本的な生活習慣をもう一度みなおしてみませんか。



旧暦の8月15日は、「十五夜」「中秋の名月」と呼ばれ、1年のうちでもっとも空が澄み渡り、月が美しいとされている日です(今年は9月13日)。

十五夜の夜には、ぜひお子さんと一緒に空を見上げてみてくださいね。

きれいなお月様が見られますように。



9月は防災月間です。「備えあれば憂いなし」。家庭でも、防災グッズの見直しや避難場所など確認する機会にしてみてくださいか？



暑い日が続きます。お家から飲み物を持ってきて飲むようにしてください。外で遊ぶ時は帽子を被るようにしましょう。



～育児相談～

困っていること心配なことなどありましたら、気軽に声をおかけください。

