一の宮子育て支援センター便り No. 112

開所時間
月～金　８：００～１６：００
　土　８：００～１３：００
カレンダーの☆マークの日は自由にご利用ください。

【お問い合わせ】
一の宮子育て支援センター
（りんどう保育園内）
☎０９６７－２２－４５３９
お知らせ端末☎９１－１８８３

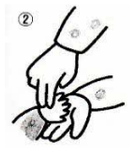
寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬がやってきました。寒い冬は、家から出るのも億劫ですよね。運動不足にもなりやすい時期です。お家で子どもさんとストレッチをしたり、ふれあいあそびをしてみてはいかがですか？下記に親子でできるふれあいあそびをいくつか紹介しています。
また、インフルエンザやコロナウイルス感染症予防のためにも手洗い・うがいをしっかりと行い、栄養や睡眠を十分にとり、体調管理に気を付けましょう。

ふれあいあそび

～とうきょうと　にほんばし～

①とうきょうと
子どもの手の甲を
人差し指で軽くたたきます。

②にほんばし
人差し指と中指でたたきます。



③がりがりやまの
ひっかくまめをします。

④パンやさんと
手のひらを２回軽く
たたきます。

⑤つねこさんが
手の甲を軽くつまみます。

⑥かいだんのぼって
２本の指で手首から肩にかけて
上っていきます。

⑦こちょこちょ
脇の下をくすぐります。

ぜひお家でやってみてください！

1月

★マークの日が活動日です。
☆マー2クの日は自由にご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	元日			★	☆	☆
7	8	9	10	11	12	13
	成人の日	☆	☆	★	☆	☆
14	15	16	17	18	19	20
	☆	★	☆	☆	☆	☆
21	22	23	24	25	26	27
	☆	☆	☆	★	☆	☆
28	29	30	31			
	☆	☆	☆			

1月の活動予定

４日（木）　お正月遊びをしよう
１１日（木）　おはなし会・ふれあいあそび
　　身長体重計測
１６日（火）　おにのお面作り
（この週は火曜日に活動日が変更です。）
２５日（木）　１２・１月生まれの誕生会

活動時間は、１０：３０～１１：３０です。

2月

★マークの日が活動日です。
☆マークの日は自由にご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				★	☆	☆
4	5	6	7	8	9	10
	☆	☆	☆	★	☆	☆
11	12	13	14	15	16	17
建国記念の日	振替休日	☆	☆	☆	★	☆
18	19	20	21	22	23	24
	☆	☆	☆	★	天皇誕生日	☆
25	26	27	28	29		
	☆	☆	☆	★		

2月の活動予定

１日（木）　おはなし会・ふれあいあそび
　　身長体重計測
８日（木）　ママと赤ちゃん向け
　　アートプログラム
１６日（金）　わいわい子育て相談会
（この週は金曜日に活動日が変更です。）
２２日（木）　ひな人形作り
２９日（木）　エコクラフトで小物作り

活動時間は、１０：３０～１１：３０です。

3月

★マークの日が活動日です。
☆マークの日は自由にご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					☆	☆
3	4	5	6	7	8	9
	☆	☆	☆	★	☆	☆
10	11	12	13	14	15	16
	☆	☆	☆	★	☆	☆
17	18	19	20	21	22	23
	☆	☆	春分の日	★	☆	
24	25	26	27	28	29	30
	☆	☆	☆	★	☆	☆

3月の活動予定

７日（木）　栄養講座～おやつ作り～
１４日（木）　おはなし会・ふれあいあそび
　　身長体重計測
２１日（木）　育児講座
２８日（木）　２・３月生まれのお誕生会

活動時間は、１０：３０～１１：３０です。

すくすく広場でも貸出ししてます！

おすすめの絵本

『もこ　もこ　もこ』

絵が大きく、音の響きが面白い絵本です。
不思議な世界観に子どもの創造力を豊かにしてくれそうです。ぜひ、読んでみてください。