子育て支援センター情報

毎月各支援センターで行っている『手作りおもちゃ』の紹介や、イベント情報などをお知らせします。

☆手作りおもちゃコーナー☆

いないいない

にやあ〜♡

① 紙コップを、紙の重なり部分を残して、半分に切る。

② 残った部分の底に曲がるストローを貼る。(紙の重なり部分に切り込みを入れると貼りやすい)

③ 紙コップの内側にネコのイラストを描いたものを貼ってできあがり。

<あそびかた>

紙コップを持って、ストローを下向きに引くと、ネコが顔を出すよ!

秋の生活 🍁

～季節の変わり目の体調管理に 気をつけましょう～

☆日中は汗ばむ気候ですが、朝夕は涼しくなってきました。気候の変化が激しく夏の疲れも出やすい時期です。規則正しい生活を心がけて過ごしましょう。

☆栄養価の高い旬の食材を取り入れることもおすすめです。新米をはじめ、梨やぶどうなどの果物もおいしい季節です。お米の栄養は身体に必要なエネルギー源となる為、ごはんをしっかりと食べて、毎日元気に過ごしましょうね!