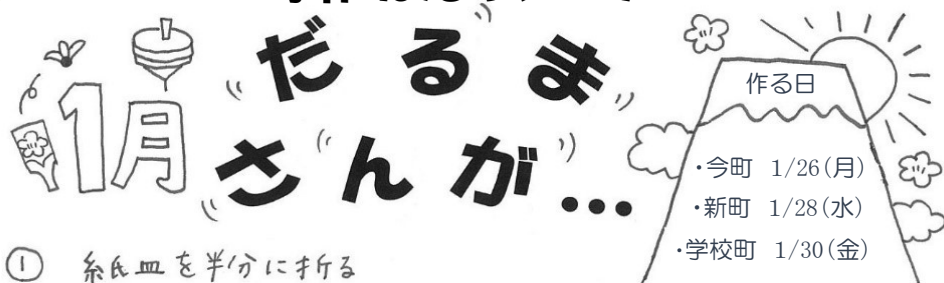


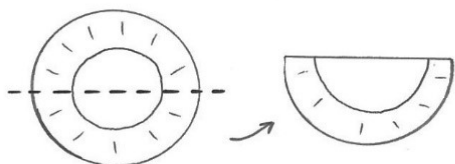
子育て支援センター情報

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☆



① 糸糸皿を半分に折る



だるまさんが... 「どてっ」に
たふらふいように、優しくゆらゆら
してね♡

② 画用紙で作っただるまを見取る



彦良のハロ-ツを
見占ったら
出来上がり!!



冬の生活

寒い冬がやってきました。冬を元気に乗り越えられるように、参考にしてみてくださいね。

・こまめな水分補給を心がけよう

免疫力の低下を防ぎます。時間やタイミングを決めるのもいいですね。

・積極的に日の光を浴びよう

体内時間を調整し、自律神経が整います。寒くても暖かい格好をしてちょっと外へ出てみるのもいいですよ。

・体を動かそう

ぐっすり眠れるので生活リズムが整います。またお腹が空いてきてもりもり食べてくれるようになり、免疫力・体力アップにつながります。

いっぱい体を動かして、子育て支援センターへ遊びに来てくださいね！

