



すぎのこだより

9月号

R4. 8. 25発行
 津山子育て支援センター
 (つやま杉の子こども園内)
 0225-68-2029
 0225-25-6116
 自由来館…火・水・木曜日
 9時～11時30分
 14時30分～16時
 すぎのこ広場…主に水曜日
 10時30分～11時30分

日中はまだ厳しい暑さが続いています、夜になると虫の声が聞かれ、秋の訪れを感じられるようになってきましたね♪新型コロナウイルスの感染が広がっていますが、消毒や検温など、感染対策をしっかり行っていますので、安心して遊びに来てくださいね!

9月のすぎのこ広場は、「誕生会」「敬老の日のプレゼント作り」「親子リトミック」「運動会ごっこ」と内容が盛り沢山です! かわいいお友達がくるのを待ってま〜す♡



《9月の予定》

日	月	火	水	木	金	土
				1 自由来館	2	3
4	5 誕生日のお友達をみんなで お祝いしましょう♡	6 自由来館	7 すぎのこ広場 誕生会 (8・9月)	8 自由来館	9	10
11	12	13 自由来館	14 すぎのこ広場 敬老の日の プレゼント作り	15 自由来館	16 おじいちゃん、おばあちゃんに、 プレゼントを作るよ♡	17
18	19 敬老の日 音楽に合わせて、楽しく 体を動かしましょう♪	20 自由来館	21 すぎのこ広場 親子リトミック	22 自由来館	23 秋分の日	24
25	26	27 自由来館	28 休館日	29 すぎのこ広場 運動会ごっこ	30	
		みんなで一緒に体操やかけっこし よう! ご褒美もあるよ〜●				

☆すぎのこ広場の受付は、10時00分からとなっております。

☆自由来館は、9時00分からです。

～手作りおもちゃ紹介～

《ブレスレット (ビーズのゴム)》



作り方はとっても簡単! 20cmの長さのゴムに大きめのビーズを通すだけ!
 ビーズのゴムをつけたり外したりを集中して繰り返すうちに
 スムーズに出来るようになり、バランスの良い動きが出来る
 ように…♪このことは、靴下やTシャツなどの着脱にもつな
 がっていきます●



♡子育て支援室にありますので、ぜひ遊んでくださいね♡

誕生会(8月、9月)

日時 9月7日(水)10時半から



8月、9月生まれのお友達の誕生会です♪みんなでお祝いしましょう♪

敬老の日のプレゼント作り

日時 9月14日(水)10時半から

おじいちゃんとおばあちゃんへ世界にひとつだけのプレゼントを作りましょう♡



親子リトミック

日時 9月21日(水)10時半から

菅原 恵先生を招き、音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう♪汗拭きタオル、飲み物を持ってきてくださいね～！動きやすい服装でおいで下さい♡



運動会ごっこ

日時 9月29日(木)10時半から

10月1日(土)の「運動会に参加しよう」は新型コロナウイルス感染拡大防止の為、日程と内容が変更になりました。遊戯室で体操やかけこなどを楽しみたいと思います！ご褒美もありますよ～♪みんなに参加してね～



心身ともに健康な生活を送るために大切なこと…

生活習慣



基本的な生活習慣とは食事、排泄、睡眠、着脱、清潔をさし人が生きていくために欠かせないものです。

「食事」は栄養の摂取はもちろんのこと、他者と一緒に食べる楽しさを感じる事が大切。

「睡眠」は元気に活動するために生活リズムを整え、「排泄」や「着脱」では「自分で出来た！」という達成感を味わい、「清潔」では、身の回りをきれいにすることが心地よいという感覚を養います。

お子さんの成長に応じて、自立への援助をしていきましょう！

0歳児

赤ちゃん時代に覚えた正常な体内リズムは大人になっても保てるといいます。早寝早起きや規則正しい生活のリズムをつけましょう！

1歳児

手づかみからスプーンを使って食べようとする時期。汚すことも多いですが、自分で食べたいという気持ちを受け止め見守りましょう！

2歳児

衣服の着脱は、自分で出来るように援助していくと子どもの自信に繋がります！着脱しやすい衣服を選ぶことも大切です！