



R7. 10. 24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30分～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

肌を感じられる風が少しずつ冷たくなり、秋が深まってきましたね。昼夜の寒暖の差も大きくなりましたが、みなさん風邪などひいてないでしょうか？

11月のすぎのこ広場は、野菜と仲良くなれるかも？「育児講座（野菜と遊ぼう）」や、新しい企画「親子ヨガ」も開催♪ 外で遊ぶのにもいい季節になったので、園庭開放日にも遊びに来てくださいね。お待ちしております～す！！



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 文化の日	4 自由来館	5 すぎのこ広場 育児講座	6 自由来館 園庭開放日	7	8
9	10	11 自由来館	12 すぎのこ広場 親子ヨガ	13 自由来館	14	15
16	17	18 自由来館	19 すぎのこ広場 誕生会	20 休館日	21	22
23 勤労感謝の日 30	24 振替休日	25 自由来館	26 自由来館	27 自由来館	28	29

☆すぎのこ広場の受付は10時からとなっています。

☆今月の園庭開放日は11/6（木）になります。（9時30分から11時まで）



## 手洗い上手にできるかな？ 親子で楽しく洗って「バイキンばいばい！」



これからインフルエンザや感染性胃腸炎などが流行しやすい時期です。基本の手洗いをしっかり行っていきたいですね。子どもが楽しく正しい手洗いができるよう、手洗いの歌を紹介します。親子で歌いながらやってみて下さいね！（30秒くらいを目安にゆっくり歌ってね）

♪「きらきら星」の替え歌で♪

- ① てのひらごしごし      ② てのこうなでなで      ③ ゆびのあいだも
- ④ つめもちょちょ      ⑤ おやゆびぐりぐり      ⑥ てくびでおしまい



裏面も見てね♡

## 育児講座(野菜と仲良くなろう♪)

日時 11月5日(水)10時半～

野菜が好きな子も嫌いな子も、いろいろな野菜に触れたり、野菜スタンプで遊んだりして、野菜と仲良しになろう！

管理栄養士の長倉佳慧先生を講師にお招きし、個別に育児相談もできますので、この機会にぜひ！



## 親子ヨガ

日時 11月12日(水)10時半～

講師に佐藤由紀先生をお招きし、親子で楽しく体を動かしましょう！みんなでさわやかな汗をかいて心も体もリフレッシュしませんか？汗拭きタオルと水分補給用の飲み物を持参の上、動きやすい服装でおいでくださいね♡



## 誕生会(10～11月生まれ)

日時 11月19日(水)10時半～

10～11月生まれのお友達！あつまれ～！みんなで楽しくお祝いしましょう♪  
手形を押したり、記念写真もばっちり☆誕生カードのプレゼントもありますよ♡



## ☆すぎのご広場の様子☆



りんご狩りに行ってきました♪  
赤くておいしいりんごはどれかな？  
自分で採ったりんご、嬉しいね♡  
笑顔が弾けました！！



うんとこしょ！どっこいしょ！

さつまいも堀り♪

大きなおいも、たくさん採れたね。

園庭でも遊んで楽しかったよ♪

