



—— 秋への移り変わりを感じつつ体の疲れを調べよう ——



9月はまだまだ暑いけれど、少し緩やかな気候に移るのを日々の中で感じることも多くなります。ちょっとホッと気持ち緩むと、夏の過酷な暑さを耐えてきた体が悲鳴をあげているのに気づくはず。何となく不機嫌な気分や、体の不調でイライラしたり不安になったりしがちです。そんな時は、体に優しい食材を心を込めて料理し（手の込んだものを作るという事ではなく）、美味しくゆったりとした気持ちでいただくのが良いそうです。食のあり方って大切なんですね。気持ちが落ち着いてニコニコできることが増えれば、家族やお子さんとの間にも良い関係の循環が生まれます。食材からいただく命の源に感謝したくなり、「いただきます」「ごちそうさま」と合わせる手にも力がこもり、お行儀だって背筋がピンと伸びそうです。

でも油断していると、そのまま食欲の秋に突入してしまうのではと心配するのは私だけでしょうか。Y.Machida



9月

MENU



にこにこ 交流デー	あげは 2歳半～3歳くらい	さなぎ 1歳7ヶ月～2歳半くらい	あおむし あんよ～1歳半くらい	たまご 4ヶ月～あんよまで
2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
自由に遊べる日	身体測定～記録カード(赤い台紙)のある方はお持ち下さい～			
	園庭or砂場あそび			マラカスあそび
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
自由に遊べる日	運動会の制作 or 総合公園にピクニック 2・3週目は、天候によってどちらになるか決まります			
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
敬老の日 お休み	運動会の制作 or 総合公園にピクニック 2・3週目は、天候によってどちらになるか決まります			
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
秋分の日 お休み	ポールハウス・大きなトンネルあそび			ボールプール くまさんトンネル
30日(月)	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)
自由に遊べる日	楽器あそび たいこ・鈴・タンバリンなどいろいろな楽器の音を楽しんでみよう			

※運動会は、10月12日(土)です。支援センターではママダンスとくす玉割りで参加します。

楽しく練習をして、はり切って当日を迎えましょう！たくさんの方の参加をお待ちしています。



スマイル eye



澄んだ月明りの Happy Birthday

～ママのメッセージと共に～



みのかくん

怪我なく元気に過ごしてね



まどかちゃん

生まれて来てくれて
ありがとう



たいしくん

元気に大きくなってね



あやねちゃん

元気にすくすく育ってね



りょうとくん

いろいろなことに
挑戦してね



えまちゃん

元気に大きくなってね
大好きだよー



そうすけくん

かわいい笑顔を
ありがとう

—大きくなったよ—

昨年ひまわりの種から
育てて大人の背丈を
超えて随分大きくなり
ました。夏の間、みん
なを見ていたね。
また来年会えるかな？



— 運動会に参加して楽しい時間をつくろう！ —

10月12日(土)に開催されます。参加したい方は、申し込みをお願いします。
詳細は、後日お渡しします。ぜひ、予定をあけて全サークルで盛り上がりましょう！

相談	育児に関する悩み・困り事について 各サークル日・電話にて随時受け付けています。お気軽にどうぞ
育児講習	みんなでおしゃべり・意見交換 月～金 各サークルで月1回開催
育児講座	年間2回開催 多方面のスペシャリストを講師に迎えて行います
<p>北泉保育園子育て支援センター ダイヤルイン 0495-71-5806</p> <p>申し込み・お問い合わせは、お電話で PM2:00～4:00にお願いします</p> <p style="text-align: right;">お待ちしております</p>	
北泉保育園 本庄市西五十子620-1	TEL 0495-24-2572 FAX 0495-24-2573
ホームページアドレス	http://kitaizumi.or.jp/