

すかわこどもえん R7

8月



子育て支援センターほっと

本格的な暑い夏がやってきましたね。食欲も落ちやすく、冷たい物ばかり食べたくなりがちですが、栄養のあるものをしっかり食べて休息をとりながら体の変化に気をつけ、暑い夏を元気に過ごしていきましょう。

今月のイベント

1日(金)10:45 **【ルーシーダットン】** タイ式ヨガ 講師(門畑悦子さん)
★飲み物を持参ください。参加費500円 **5名**

2日(土)18:00 【夕涼み会】 こどもえんの園庭にて

★くじ引き、的あてゲーム他、手作りパン、かき氷
手羽屋さん、飲み物などがあります。
遊びに来てくださいね～

5日(火)10:30 **【ヘッドケア】**講師(兼平静香さん)参加費1000円

★自分でできる頭や首、肩のケアのつぼを教えてください。個別でのケアもありますよ。 6名

8日(金)10:30 【風鈴絵付け】参加費100円 7名

20日(水) 10:30【こころと身体のセルフケア】講師（池松愛菜さん）

★布ナプキンを通して自分の身体を知ること、
日々のセルフケアにつながります。また、ご家族や
大事な人を大切にできる手段になると思います。7名



生後2か月～1歳の赤ちゃんママ対象抱っこ講座



カスタムボールペン&モールドール作り

