



# お宮の子育て支援センター

令和7年11月号

☎859-2601  
南島原市加津佐町己 2640  
☎0957-87-5151  
<http://simen.jp>

月曜日～金曜日  
午前9時～午後2時

今年も、なかなか気温が下がらず『秋』を感じられない10月でしたが、11月に入り朝夕は冷え込む日も増えてくることでしょう！！

子どもたちも体調を崩しやすいこの季節、衣服の調整と同時に食べる事が重要です。秋の旬のものをおいしく頂きながら、冬に備えて体力をつけ、風邪の予防に心がけましょう。

対象：乳幼児や保護者・妊婦さん等、子育てに関係する方はどなたでも。

利用はすべて無料です。  
いつ来ても、いつ帰ってもOK。  
気軽に遊びに来て下さいね。

## 🍁 + 🐻 + 🍁 + 🐻 + 🍁 + 今月の予定 + 🍁 + 🐻 + 🍁 + 🐻 + 🍁

| 月                                       | 火                                       | 水                                                   | 木                                                       | 金                                            | 土      | 日                              |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------|--------------------------------|
|                                         |                                         |                                                     |                                                         |                                              | 1      | 2                              |
| 3<br>文化の日                               | 4<br>1歳児との交流<br>10:00～10:40             | 5<br>年長児さんと<br>英語で遊ぼう<br>10:30～11:00                | 6<br>3歳児さんと<br>リトミック遊び♪<br>10:30～11:00                  | 7<br>2歳児との交流<br>10:30～11:00<br>(ちょこっとリトミック)  | 8      | 9                              |
| 10<br>1歳児との交流<br>10:00～10:40            | 11<br>ヨーコの<br>エクササイズ教室<br>10:30～11:00   | 12<br>4歳児さんと<br>リトミック遊び♪<br>10:30～11:00             | 13<br>自由遊び                                              | 14<br>2歳児との交流<br>10:30～11:00<br>(ちょこっとリトミック) | 15<br> | 16                             |
| 17<br>3歳児さんと<br>リトミック遊び♪<br>10:30～11:00 | 18<br>からだケア教室<br>10:00～<br>※要予約         | 19<br>親子で Let's<br>play in English!!<br>10:30～11:10 | 20<br>年長児さんと<br>英語で遊ぼう<br>10:30～11:00                   | 21<br>1歳児との交流<br>10:00～10:40                 | 22     | 23<br>勤労感謝の日                   |
| 24<br>振替休日                              | 25<br>4歳児さんと<br>リトミック遊び♪<br>10:30～11:00 | 26<br>2歳児との交流<br>10:30～11:00<br>(ちょこっとリトミック)        | 27<br>成長記録の日<br>ベビーマッサージ教室<br>10:30～11:30<br>0歳児 10:00～ | 28<br>自由遊び                                   | 29<br> | 30<br>携帯サイト<br>フェイスブック<br>もあるよ |

## \*主な行事について\*

5・20日 英語で遊ぼう(年長児向) 10:30～11:00  
講師 あっこ先生  
保育園の年長児さんと一緒に英語教室に参加しませんか。

6・12・17・25日 リトミック遊び♪ 10:30～11:00  
講師 谷川真紀先生 リトミック公認指導員  
音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう♪

11日(火) ヨーコのエクササイズ教室 10:30～11:00  
講師 松代瑤子先生  
一緒に体を動かして心も体もリフレッシュしませんか？

18日(火) からだケア教室 講師 大町さおり先生 **※要予約**  
子育てで疲れた体をメンテナンスしましょう。

19日(水) 親子で Let's play in English!! 10:30～11:10  
講師 あっこ先生  
とっても楽しい英語教室です。たくさんの参加お待ちしております。

27日(木) ベビーマッサージ教室 10:30～11:30  
講師 センターインストラクター  
準備：バスタオル1枚  
ベビーマッサージで親子楽しく  
スキンシップしてみませんか？

※参加費はすべて無料です。遊びに来て下さいね。

## 勤労感謝の日

11月23日は勤労感謝の日です。「勤労を尊び、生産を祝い、国民互いに感謝し合う日」として制定されました。元は新嘗祭(にいなめさい)という農作物の実りを祝う日です。

働くことの楽しさや大変さ、大切さなどを話して、お子様とコミュニケーションを取ってみてくださいね

感謝

