



# ほないにここにこだより

保内保育所子育て支援センター 三条市下保内497 TEL39-6130

日中はまだまだ厳しい暑さが続いています。朝夕に吹く風が心地よく感じられるようになってきました。季節の変わり目で夏の疲れも出やすい時期です。十分な睡眠やバランスの良い食事を摂るなどお子さんの体調に気を配り、夏の疲れを残さないように元気に過ごしましょう。



## 9月の予定

月	火	水	木	金
1	2	3 敬老の日製作 9:00～ 13:00～ 	4 敬老の日製作 9:00～ 13:00～ 	5
8 お月見 コンサート 10:30～11:00	9 	10 HACHIさんの 似顔絵 9:00～11:30	11 	12
15 敬老の日	16 	17 	18 子どもの姿勢と 栄養について 10:30～11:30	19
22 総合避難訓練 10:00～	23 秋分の日	24	25 	26 誕生会 10:50～11:20 発育測定 9:00～・13:00～
29 	30 足から健康の ライフワーク 10:30～11:00			

### 【開設時間】

午前9時～11時30分  
午後1時～3時30分

### 【一時預かり】

対象：三条市にお住まいの  
1歳から就学前のお  
子さん

時間：午前8時30分～  
午後4時

※定員がありますので、  
事前に確認の上お申し込み  
ください。

### 【育児相談】

面接相談の他、電話相談も  
お受けしています。

### 【発育測定】

大きくなったかな？  
身長と体重を測りましょう。

### 【誕生会】

9月生まれのお友だちをみんな  
でお祝いしましょう。

### 3日(水)・4日(木) 敬老の日製作

大好きなおじいちゃん、おばあちゃんに写真付きのメッセージカードを作ってプレゼントしませんか。L版の写真を入れます。使いたい写真があったらお持ちください。なくても当日撮影できます。ご都合の良い日に作りにきてください。

### 8日(月) お月見コンサート

みんなが知っている曲を、フルートとピアノの生演奏で楽しみましょう♪

フルートは松井美瑞さん、ピアノは斎藤愛子さんに演奏していただきます。

### 10日(水) HACHIさんの似顔絵

新潟県内のイベントなどで活躍中！三条市在住の“似顔絵師 HACHI”さんにかわいい似顔絵を描いてもらいませんか？携帯写真でも描けます。

事前予約 参加費500円～ 1枚約15分  
(詳しくはスタッフまでお問合せください)

### 18日(木) 子どもの姿勢と栄養について

管理栄養士・カイロプラクターの久保田里菜さんが子どもの正しい姿勢づくりと姿勢を保つための栄養素についてのお話をさせていただきます。

### 22日(月) 総合避難訓練

支援センターの駐車場に消防車が来るよ！  
保育所のお友だちと一緒に、災害に備えて避難訓練をしましょう。



### 30日(火) 足から健康のライフワーク

講師は足裏マッサージの整体師 土田美代子さんです。第三回目の今回のテーマは「夏の胃腸の疲れを改善する足もみ」です。暑い日が続いています胃腸の調子はどうですか？足もみで疲れている胃腸を改善する方法についてお話をさせていただきます。