



住所 大東市北条1-22-20

TEL 072-807-5466

✉ d-midori@diary.ocn.ne.jp

月~金 AM10:00~12:00

PM13:00~14:00

電話での相談は15時まで行っています

随時、子育て相談に応じています。

電話・FAX・メールも可能です。

お気軽にお問い合わせください。



朝晩、冷えこむようになってきました。

寒くなると厚着をしがちですが、できるだけ薄着にして自分で体温調節する力をつけていきましょう。

★ 今も完全予約制での利用となっています。  
初めて利用される方は、連絡して下さい。  
説明させて頂きます。



○新型コロナウイルス感染防止の為、行事が変更、中止となる場合があります。ご了承下さい。  
○ 戸外遊びは、雨天中止です。あやしい天気や雨上がりなどは問い合わせして下さい。

6日(金) 園庭あそび (10:00~10:45)

わかほ保育園の園庭で遊びます。

9日(月) ママS パーティ (10:30~) お母さんの飲料持参して下さい。

10日(火)~13日(金) 10:00~

ぬりぬりペタン あそび 1才半以上

18日(水) 英語あそび (10:30~11:00) 1才半以上

10:20 わかほ保育園 楽館に集合です。

26日(木) 北条公園 (10:00~11:45) 現地集合解散です。

30日(月) わくわくデー 8.9.10.11.12月合同たん生会  
10:30~ 参加費 50円



### たくさん歩こう

車社会で、あまり歩かなくなったと言われる現代の子どもたち。歩くことは足裏からの脳への刺激をはじめ、体を鍛える最高の運動です。また、歩くことで土踏まずが形成され、体のバランスがよくなり転ぶことも減ります。秋は、絶好のお散歩シーズン。たくさん歩きましょう。

### 体調の悪い時も

咳が出ている時は来所を控えて下さい。



乾布まわしをします。

毎回タオルを  
持ってきて下さい。



### ☆ワンポイントアドバイス☆

鼻水が出ていたら

「おハケが出てるよ。気持ち悪いから、ハケをかもうね」と

声をかけ、片方ずつ鼻の穴をおさえて「お口を閉じて

フン!! てしてね」とかみ方を練習しましょう。



### かぜかなと思ったら...

かぜかな?と思ったら、ひどくなる前に早めに対処しましょう。栄養をとって、体を休め、免疫力を高めることが大切です。キウイやブロッコリーは、体を病原体から守る白血球の働きを助けるビタミンCを多く含んでいます。のどに効く大根、身体を温めるねぎ、殺菌力のあるしょうがなど、かぜに効く物をとりましょう。ビタミンAやたんぱく質が豊富な、にらと卵入りの雑炊や、水分補給にすりおろしりんごもおすすです。

