



いつの間にか蝉の声もひぐらしに変わり、布団をかけて寝られる夜になりました。まだまだ暑い日もありますし、季節の変わり目は体調も崩しやすいので睡眠と栄養をしっかり摂って夏の疲れを取りましょう。

今一番美味しい「ぶどう」にはアントシアニンやポリフェノールがたっぷり含まれています。特に皮に多いということなので皮ごとミキサーのかけるなどして栄養を無駄なく取り入れたいものですね。

《9月の行事予定》

- 1日(木) お絵かき
- 2日(金) 音楽遊び
- 3日(土) 防災紙芝居
- 6日(火) 折り紙遊び
- 7日(水) お絵かき
- 8日(木) 十五夜お話し
- 9日(金) 自由遊び
- 10日(土) カプラ遊び
- 13日(火) 助産師育児講座
- 14日(水) Helloフレンズ
- 15日(木) カワイリトミック
- 16日(金) 敬老の日カード作り
- 17日(土) 自由遊び
- 20日(火) ままのまカフェ
～血管年齢測定～
- 21日(水) 魚つり遊び
- 22日(木) カプラ遊び
- 24日(土) 自由遊び
- 27日(火) 誕生会
- 28日(水) 自由遊び
- 29日(木) ヨガフィットネス
- 30日(金) 自由遊び

《10月の行事予定》

- 1日(土) 折り紙遊び
- 4日(火) 自由遊び
- 5日(水) お絵かき
- 6日(木) カワイリトミック
- 7日(金) 自由遊び
- 8日(土) 自由遊び
- 11日(火) 助産師育児講座
- 12日(水) Helloフレンズ
- 13日(木) カプラ遊び
- 14日(金) 防災紙芝居
- 15日(土) お絵かき
- 18日(火) 自由遊び
- 19日(水) 折り紙遊び
- 20日(木) 親子ヨガ
- 21日(金) ハロウィン制作
- 22日(土) 自由遊び
- 25日(火) 自由遊び
- 26日(水) 誕生会
- 27日(木) 自由遊び
- 28日(金) ハロウィン音楽会
- 29日(土) お絵かき

助産師育児講座 & 発育測定
 9月13日(火)
 10:00~12:00
 育児講座
ベビーマッサージ
 11:00~11:30
 <申込み不要・無料>

敬老の日カード作り
 9月16日(金)
 10:30~11:30
 9月19日(月)の敬老の日に向けてオリジナルのカードを作しましょう!
 日頃お世話になっている
 おじいちゃんおばあちゃんにメッセージ

※9.10月の講座・行事はコロナウイルス感染状況によっては急遽中止の可能性があります。予めご了承くださいませようお願い申し上げます。

- 親子ヨガ(偶数月)・・・10:30~11:30
- ヨガフィットネス(奇数月)・・・13:30~14:30
- リトミック(カワイ音楽教室リズム遊び)・・・11:15~11:45
- Helloフレンズ(ポール先生のキッズ英語)・・・11:30~12:00
- その他の講座はほぼ10:30~となります。

《利用に際してのお願い》

長岡市子ども・子育て課指導により、コロナウイルスの感染拡大防止対応として、入館時の手指アルコール消毒・マスク着用・検温実施、発熱等症状の無い方のみ利用可となります。みしま中央こども園に隣接する子育ての駅のため、こども園同様の対応をさせていただきます。来館者のみなさまにはご理解、ご協力くださいますよ

子育ての駅みしまもりもりへの、食べ物の持ち込みはご遠慮ください。離乳食のお子さまのみ場所を用意しますのでお気軽にスタッフに声がけください。水分の持ち込みは(水かお茶)のみ可です。

館内での撮影は、他の利用者さんが写り込む場合もありますので、個人の責任のもと、撮影を行ってください。SNS等ヘデータを載せる行為は個人情報流出の恐れがありますので十分気をつけてください。

館内のごみ箱は(館内持ち帰)各自お持ち帰りください。
 毎週 火曜日~土曜日
 開館 9:30~12:00
 13:00~15:00
 ※設備消毒時間 12:00~13:00
 15:00~15:30
 設備消毒時間は入館できません。



