

子育て支援センターあかし西 令和2年8月8日(土)開催
おはなし会 毎月第2・第4土曜日の11時から開催しています♪

今日の一冊目は、大型絵本「ありとすいか」。大きなすいかを、巣に運ぼうとがんばる「ありたち」を皆で応援しました。



次はパネルシアター「ほっぺがおちるよ」。子どもたちが大好きな「ポテト」や「アイス」を食べようとするともう先に食べられていて…。



そして夏らしくちょっぴり怖い? 「のっぺらぼう」。最後は登場人物全員が、のっぺらぼうになってしまうという「おち」にみんな笑顔! 「ぜんぜん、怖くなかった」そうです。

参加してくれたお友だちには、出席カードを渡して好きなシールを貼る楽しみもあります。読んでほしい絵本があったらリクエストしてくださいね♪

令和2年8月6日(木)開催
健康レストラン ~かしこく食べて筋力アップ~

参加者は新型コロナウイルス感染症拡大防止対策で人数制限をして半数以下の10名(うち男性2人)にご参加いただきました。

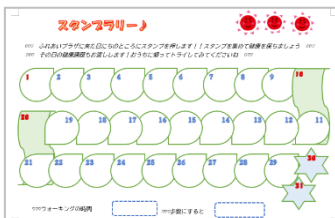


「朝昼の食事は毎日同じメニューでよいのか。軽く済ませているが夜はしっかり食べている。」「運動の時間はいつがいいのか。」等の質問も出てメモを取っている方もおられ皆さん熱心でした。



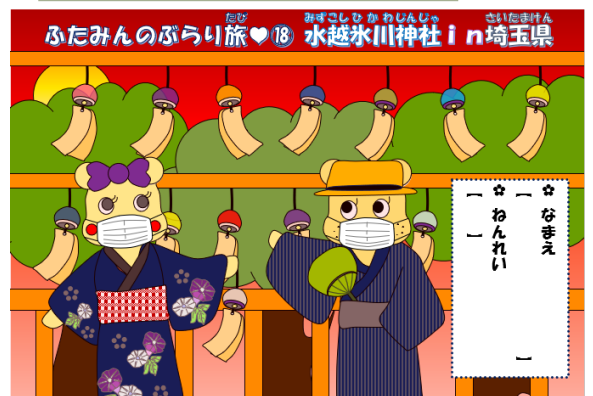
ヘルシーラーに挑戦してみよう!

コロナ禍で運動の機会が減った、外出の機会が減ったという方、「ヘルシーラー」に挑戦してみませんか? プラザに来たら、カードにスタンプを押します。そして、家で取り組める健康プランを1つお渡しします。スタンプの数が増えるほど、健康意識が高まります。家で取り組むと心も体もヘルシーになるので是非チャレンジしてくださいね♡



今月のふたみんぬりえ

ぬりえはホームページから印刷できます。



埼玉県の水越氷川神社は、風鈴回廊が有名だそうです。夏限定の祭事「縁むすび風鈴」が毎年行われていますが、今年は中止とのこと…(*_*) 来年こそ、見に行けますように…。

