



小さな森こども園
子育て支援センターどろんこ
室長 金淵 まゆみ
☎ 0176-23-4794
Fax 0176-23-4893

令和7年8月



蒸し暑い日が続いていますね。8月は生活リズムも体調も崩れがちです。規則正しい生活を心がけ（早寝、早起き、睡眠は大切！！）冷たいもの、甘いものの取り過ぎに注意して（糖分の取り過ぎは食欲減退につながります）また、あせもやおむつかぶれなど肌のトラブルも多くなります。汗をかいたらこまめにふいてあげ着替えをし清潔にするようにしましょう。

～夏のあそびをたのしもう～

日時：8月 1日（金）9：30～

暑い日が続いています。みんなで水遊び・プール遊びをたのしみましょう。

持ち物：水遊び用紙おむつ・バスタオル・お着替え・水分

*園開放でも水遊び・プール遊びがいつでもできますよ！



■ふれあい体操

日時：8月 8日（金） 9：30～

■ママストレッチ

日時：8月22日（金） 9：30～

■ピラティス

日時：8月26日（火） 9：30～

講師：Yukie先生

*動きやすい服装で参加してくださいね。

*ママストレッチ&ピラティスはヨガマットのある方はお持ち下さい。

■ママヨガ

日時： 8月29日（金） 9：30～

講師：ご当地ヨガ実行委員会

ヨガインストラクター 安齋 香先生
助産師 佐々木悦世先生

*動きやすい服装で参加してくださいね。

8月の行事予定		
1	金	★水遊びを楽しもう 9：30～
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	★フレママ・のんびりの日 9：30～
6	水	
7	木	
8	金	★ふれあい体操 9：30～
9	土	
10	日	
11	月	祝日 山の日
12	火	★スペシャルデー 9：30～
13	水	*子育て支援センターお休み
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	
21	木	
22	金	★ママストレッチ 9：30～
23	土	
24	日	
25	月	
26	火	★ピラティス 9：30～
27	水	
28	木	
29	金	★ママヨガ 9：30～
30	土	★土曜開放日 9：30～12：30
31	日	



*8月13日（水）～20日（水）の期間子育て支援センターはお休みとなります。

*園開放でも水遊び・プール遊びがいつでもできますので遊びにいらして下さいね。

*熱中症対策として必ず帽子・水分はお持ち下さいね。