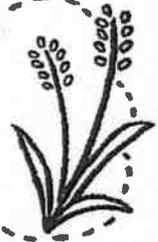




豊浦保育園地域子育て支援センターだより

すこやか



豊浦保育園 TEL27-9200 令和7年9月1日

日中はまだまだ暑い日が続いていますが、朝夕は少しずつ涼しくなり秋の気配が感じられるようになりました。季節の変わり目のこの時期、夏の疲れから体調を崩しやすいです。十分な睡眠とバランスの良い食事を取り、残暑を乗り切りたいですね。

「眠くなる前に来ました。」「これから買い物に行きます。」など、お子さんのリズムやご家庭の都合に合わせて、子育て支援センターを利用させていただいています。初めての方もどうぞお気軽においでください。お待ちしております。

9月の予定

10日(水) 育児講座
「離乳食の進め方」



17日(水) お誕生会・発育測定
・9月生まれのお友だちと一緒に
お祝いしましょう！



(支援室で遊んだあと
10時40分から11時)

育児講座

・日時 9月10日(水)
10時40分から11時

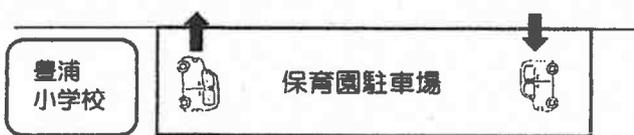
・講師 こども課 和泉栄養士
・内容 「離乳食の進め方」

中期から後期、完了期について

講話のあと
個人的な相談もできます。
お気軽においでください。



★保育園駐車場の出入りは一方通行になっています。
お気を付けてください。



エアコンの効いた部屋でも、活発に動く子どもたちはすぐに汗ばんできます。水分補給のための水やお茶の用意をお願いします。



今日の元気は朝ごはんから！

誰かとはちがう派？

ごはん食

吸収に時間がかかるため、はらもちが良いごはん食。エネルギーの持続性もあります。みそ汁やのりをいっしょに食べると、不足しがちなミネラルも摂取可能です。

パン食

消化が早いパン食は、即効性のあるエネルギー源。手軽に用意できるのも嬉しいところです。サラダをいっしょに食べるとビタミンもとれます。海藻サラダにすると、ミネラルも豊富にとれますよ。