



9月



たんぽぽだより



令和8年9月

川東保育園地域子育て支援センター

TEL25-2067

9月に入り稲の収穫もいよいよ本番！新米が楽しみな季節になりましたが、地域の皆様、暑い夏をどのように過ごされましたか。体調を崩すことなく乗り切れたでしょうか。季節の変わり目には、夏の疲れもあり体調を崩してしまいがちですので、食事や休息など生活リズムを整えながら、もう少し続く残暑を乗り切りましょう。

川東保育園地域支援センターでは、いつものように広い室内でのびのび遊んで楽しめるよう、準備をしてお待ちしております。お気軽にご利用ください。

《9月の予定》

- ♡ 18日(金)11時～ 育児講座
講師：川東保育園 田中調理手
- ♡ 24日(木)10時15分～ 誕生会・発育測定
発育測定は誕生会の前後に測ります。
- ♡ 7日(月)・29日(火)ママえ～る cafe
※一般開放はお休みです。



《育児講座》

日時：9月18日(金)11時～
内容：「乳幼児期の食事」

- ◎保育園の給食を試食してみよう！
一歳から二歳児向けの献立を用意します。三回食の離乳食も見えていただけるよう準備をしたいと思います。



NEW 産後ケア・産後サポート 《ママえ～る cafe》

気軽におしゃべりしたり、ゆったり過ごせるママのための Cafe です。4か月から1歳未満のお子さん及びママが対象です。

- * 10月は、14日(水)と26日(月)です。
- * 利用希望月の1か月前から受付開始です。

右の二次元コードから
お申し込み下さい。



《子育て支援センター》

♡時間…月曜日～金曜日 8時30分～13時30分
土曜日・祝日・ママえ～る cafe の日はお休みです。

♡対象者…子育てをしている保護者及びそのおおむね三歳未満児のお子さんです。妊婦の方もお気軽にご利用ください。



生活リズムは 食事で戻そう

まだ暑い日が続き、夏の疲れも出やすい時期。長期のお休みで、生活リズムが乱れている子もいるのではないのでしょうか。早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて、一日を元気にスタートしましょう。

からだかON!
体温が上がり、
体の機能が
目覚める。

朝ごはんて
スイッチON!

あたまかON!
ごはんに含まれる
ブドウ糖で
脳が目覚める。

おなかかON!
腸が刺激され、
排便を促す。

