

月	火	水	木	金
6	7 もちつき会	8 9:30~14:30 一日開放日	9 SUNNYS' ENGLISH (要予約)	10
13 成人の日	14 産後トータルケア (要予約)	15	16	17
20	21	22 1月誕生会	23	24
27	28	29 身長・体重測定 (午前中のみ)	30 SUNNYS' ENGLISH (要予約)	31

*12/28~1/5は、お休みです。

月	施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
火	サークル支援 (午前) / 育児講座 (午前) 施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
水	施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
木	サークル支援 (午前) / 育児講座 (午前) 施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
金	施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)



今年もよろしくお願ひします。



もちつき会 1/7 (火)

- *東部保育園 遊戯室 10:00~
- *持ち物: お茶、おしぼり
- ♪ちよっぴりお餅も食べられます♪



♪ 一日開放日 1/8 (水) ♪

- *月1回 水曜日 9:30~14:30
- *遊戯室・支援室・園庭
- *お弁当OK! 何時からでもOK! です。
- *製作コーナーは「たこ」です。
- *元気に体操しましょう!

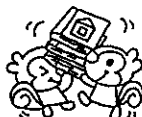


「産後トータルケア」〈要予約〉1/14 (火)
 *バランスボールで楽しくエクササイズしませんか?
 リズムに合わせて子供と一緒に弾みましょう!
 産後の心と身体のケアについてのお話もあります。
 A 10:00~10:40
 B 10:50~11:30 (10:40以降にお越しください。)
 ☆講師 鈴木 祥子 (すずき さちこ) 先生
 産後ケアインストラクター
 *持ち物 汗拭きタオル、飲み物、
 動きやすい服装 (ジーンズ不可)
 ボールは、こちらで用意しております。



★SUNNYS ENGLISH★ 〈要予約〉 1/9, 30 (木)

- *東部保育園 支援室 10:00~10:45
- *講師 杉山 幸子先生
- ・一緒に英語を楽しみましょう!



誕生会 1/22 (水)

- *東部保育園 遊戯室 10:00~
- *参加希望の方は、10時までにお越しください。
- ・誕生会では、誕生月のお友達に
手形のプレゼントを
お渡ししたいと思っています。
手形を押しに来てくださいね!



厚着に注意しましょう!

寒いと、つい厚着にさせてしまいがちですが、逆に、過度な厚着は、汗をかいて身体を冷やす事もあります。子供は体をよく動かします。片ときもじっとはしていません。

よく動き、遊びながら、様々な機能を獲得しているのです。

体幹は保温し、手足は動かしやすい服装を心がけましょう。体調がわるいときや、咳や鼻水が出ているときは、運動を妨げないベストを着るなどして調節してあげましょう。

