

ひまわり通信

令和7年 No.4

7月の活動報告

- 七夕制作
- リトミック
- 体育教室
- ベビーマッサージ



9月の健康と食育



☆七夕制作☆

かわいい彦星と織姫
を作って、短冊に願
い事を書きました！
みんなの願い事が叶
いますように…☆

9月1日は防災の日！

非常用品はそろえていますか？
もしもの時のために、すぐに取り出せるよう決まった場所
に用意しておきましょう！また、定期的に中身のチェック
をし、水や食料品など、期限切れの物が入っていることが
ないようにしましょう♪



あぶらがのって美味しいよ！！

この季節、旬の魚といえばサママです。秋になると、あぶらが沢山含まれたサママが大量に水揚げされます。このサママに含まれるあぶらは、脳の働きをよくするDHA(ドコサヘキサエン酸)や悪玉コレステロールを減らす働きのあるIPA(イコサペンタエン酸)が多く含まれています。



♪リトミック♪

トライアングルの音
を初めて聞き、興味
津々な様子で叩くこ
とが出来ました♪

体育教室

新しい道具も加わり、
サーキット形式で遊び
ました！最後にはお気
に入りの場所を見つ
け、思う存分体を動か
しました♪

ベビーマッサージ

ママたちに優しく声
を掛けられながら、
リラックスをして参
加することが出来ま
した！

