

# 12月のカレンダー

月	火	水	木	金
3 おやすみ	4 センター 園庭開放	5 運筆運動遊び	6 大きな積み木で 遊ぼう	7 感触遊び
10 センター 園庭開放	11 センター 園庭開放	12 リトミック	13 絵の具遊び	14 身体測定 感触遊び(だんご粉)
17 センター 園庭開放	18 センター 園庭開放	19 クッキング(カップケーキ デコレーション)	20 親子で運動遊び 触れ合いダンス	21 クリスマス製作 クリスマス会
24 おやすみ	25		27	28
31 おやすみ				

## ☆活動の流れ☆

- 9:00 受付開始  
自由遊び・朝会
- 10:30 テーマを決めた  
遊び
- 11:15 おやつ(手作り)
- 11:30 自由あそび
- 11:50 お帰りの会
- 12:00~ 自由遊び・昼食
- 14:00 お弁当持参可

## ☆対象年齢☆

月・火・木曜日  
0歳児・1歳児・2歳児・3歳児

金曜日：ひよこコース  
(歩行前後のお友達)

水曜日：うさぎコース  
(しっかり歩けるお友達)

## ☆費用☆

保険料 100円(毎回)  
活動参加料 100円(水・金コースの日)

# 活動のご案内

## 運動遊び・お試しランチ

園での体育指導で使用している遊具を使って体をたくさん動かして遊びましょう！たくさん動いた後は、おいしい給食の試食！幼児食から離乳食まで対応しています。食材や量など参考になると思います。1食¥300  
10食限定！

事前予約をお願いします。

## 運動遊び

園では、朝から体を動かすことを大切にしています。親子で体を動かす遊びを先生と一緒にに行いましょう。低年齢から、たくさん歩いたり走ったりと、体を動かすことは、とても大切なことです。お子さんと触れ合いながら、たくさん体を動かしませんか？

たくさんのご参加お待ちしております。

## 事前予約が必要なものがあります！

### クッキング

カップケーキをお子さんと一緒にデコレーションしましょう。エプロン・三角巾・マスクが必要です。材料費が¥100かかります。

### クリスマス会

みんなで、クリスマス製作やお歌を歌って、クリスマス会をしませんか？20組限定です。

## うさぎさん・ひよこさん合同コース

うさぎさん・ひよこさんの合同コースの日は、身体測定と感触遊び行います。身体測定カードをご用意していますので、身長・体重を記載して、お子さんの成長を見ていきましょう。感触遊びでは、だんご粉を使って、さらさらからベタベタの感触も感じてみましょう。たくさんのご参加お待ちしております。

## 今月のコラム

### 「寒い冬を元気に過ごす為」

寒くなり、空気が乾燥すると、肌の乾燥が進み、「ひび」や「あかぎれ」の原因になります。また、血行が悪くなると皮膚の状態もさらに悪化し、肌のバリア機能が低下してしまい、病気にかかりやすくなります。冬でも元気に健康で過ごすために以下のことに気をつけていきましょう。

- ① 冬でも戸外で体をたくさん動かしましょう。また、衣服は厚着になりがちですが、大人よりも1枚薄いくらいで丁度良いです。冷たい風にあたることで血管が収縮することも大切なことです。
- ② 水分をこまめにとりましょう。冬場は、水分をとることが少なくなってしまうことがあります。のどを湿らすことでも、乾燥と感染予防にもなります。
- ③ 手洗いのあとは、保湿をしましょう。保湿をすることで、肌のバリア機能低下を防げます。