

令和5年10月



社会福祉法人えどがわ  
北葛西おひさま保育園

## 北葛西おひさま子育てしんぶん



こんにちは。北葛西おひさま保育園の子育て新聞をお手に取って頂きありがとうございます。  
北葛西おひさま保育園では毎月子育てひろばを行っています。  
お子さんはもちろん、保護者の方にも楽しんで頂ける子育てひろばにしたいと思っています。是非ご参加ください。

### 子育てひろばの開催について

地域の皆様が気軽に利用して頂けるような「子育てひろば」を目指して行っています。

定員は8名。時間は10時から11時くらいを予定しています。

是非ご参加ください。

ご予約はお電話にてお願いいたします。

☎：03-5659-5051（10時～16時）



保育園のお部屋を抜け出した、出張おひさま子育てひろばを開催します。お近くの方は是非ご参加ください。

【10月】11日（水）出張おひさま子育てひろば

※中央公園にて開催雨天時は保育園にて通常の子育てひろばとなります。

25日（水）みんなでミニ運動会をしよう。

【内容】

【11月】9日（木）出張おひさま子育てひろば

※中央公園にて開催雨天時は保育園にて通常の子育てひろばとなります。

24日（木）保育園で遊ぼう。

【内容】 お子さんの年齢と同じくらいのお友達と遊んでみませんか？

## 運動の秋

運動する事で向上心や好奇心が高まり、体を動かすことが好きになります。又、出来る様になった経験が達成感や自己肯定感を高めていくので、乳児期の運動はとても大切です。

～おススメ運動🐻くまさん歩き～

まさにクマが歩いているように、四つん這いになり膝を床につけずにお尻を高くあげてすすむ歩き方です。顔は前を見る事がポイント。体幹も鍛えられる全身運動です。



室内では、手の細かな動かし方を覚える為に、クレヨンを使ったお絵かきや穴に落としていくぽとん落とし等もおすすめてです。



▶ぽとん落とし

## 10月頃に咲いているお花

【コスモス】



秋を代表する花。秋桜コスモスの色といえば、紫やピンクを思い浮かべる人も多いのではないのでしょうか。コスモスには黄色やオレンジ、白などのカラーもあります。

【パンジー・ビオラ】



寒さに強く、冬も温かな色の花を咲かせます。丈夫でお手入れも簡単。秋から春にかけて、花壇でも寄せ植えでもガーデニングには欠かせない植物です。