

子育て中の お母さん、お父さんへ

子どもたちが遊び
親たちも楽しめる
そんな交流の場があります。
親子で手をつないで
ぜひ遊びに来てください。



御代田町子育て支援事業 9月の予定 児童館事業の紹介

※活動によっては、持ち物など
が必要な場合があります。
詳しい内容は、各児童館に
お問い合わせください。

「ひだまりのこ」の予定

平和台児童館

9月4日(火)

《龍神公園で遊ぼう》

午前10時30分～

持ち物 水筒、タオル

※雨天の場合は、児童館で行
います。

9月7日(金)

《ハートピアでおせち作り》

集合時間 午前9時45分

開始時間 午前10時

参加費 親子で100円

※事前のお申し込みが必要に
なります。

持ち物

エプロン、三角巾、マスク、
おにぎり、飲み物(お茶かお
水)、タッパー、お箸(フオーク
手作りのおせち料理をボラン
ティアの方と一緒に作ります。
問い合わせ先
平和台児童館(32)5800
ハートピアみよた
(32)1100

9月11日(火)

《絵本紹介》

9月14日(金)

《玉入れあそび》

9月18日(火)

《レッツ イングリッシュ》

9月21日(金)

《身体測定》

9月25日(火)

《幼児体操》

9月28日(金)

《ヨイドン》

東原児童館

9月5日(水)

《運動会ごっこ》

9月12日(水)

《おさがり会》

9月19日(水)

《三世交代流おやつ作り》

参加費 100円

持ち物 飲み物、お手ふき、
エプロン、お皿

ドーナツを作ります。

9月26日(水)

《お話し会》

上さん・高さん登場

大林児童館

9月6日(木)

《魚つりあそび》

9月13日(木)

《幼児体操》

9月20日(木)

《ミニミニ運動会》

9月27日(木)

《外で遊ぼう》

先生の 今月のひまわり



今回は
大林児童館
春山先生です

「お月見」

夏休みも終わり、2学期が始まりました。児童館では、毎日子どもたちが元気に過ごしています。

9月といえば、秋のはじまりです。そして、お月見のシーズンです。

なぜ、秋にお月見をするのでしょうか？それは、月の高さと天気に関係があります。月の高さが夏は低く、冬は高過ぎてしまうので、秋に見える満月の高さがちょうど良く、春と比べて天気が良いので、きれいに見ると言われています。

今年、金環日食や火星の太陽面通過などで、空を見上げた人も多いのではないのでしょうか。秋の夜長を家族そろって楽しんでみてはいかがでしょうか。

問い合わせ先

- 町民課(子ども係) (32)3111(内線47・74)
- 平和台児童館 (32)5800
- 東原児童館 (32)5769
- 大林児童館 (32)0154



今月は、保健師の
佐藤美佐枝さんです。

Kids generation



●10カ月健診時に撮影した
写真を2カ月に分けて紹
介しています。

よくかむことで元気に育つ!



最近はあまりかまずに
食べられる食品が多
く、昔に比べてか
む回数が減った
と言われていま
す。よくかむこ
とは、歯や口の
健康につながりま
すので、家庭で意識
することが大切です。

かむことで、唾液がたくさん分泌され、消化を助
けて口の細菌や食べかすを洗い流す作用がありま
す。また、満腹中枢が働いて、早食い・食べ過ぎ
を抑えて肥満予防になります。口の周りの筋肉が
鍛えられて表情が豊かになり、脳の活性化につな
がるとも言われています。しっかりかむ習慣をつ
けるために家庭でできることは、食物繊維の豊富
なかみごたえのある食品を選んだり、食材を大き
めに切る・薄味にするなど、食材や調理法で工夫
することです。

不規則な生活習慣やながら食べは、かまずに飲み
込むことの要因になった

り、頻繁におやつを
食べる・だらだらと
食べることも口
の中が常に汚れ
ていることにな
り、虫歯になり
ます。

しっかりかんで、
ゆっくり味わいな
がら食事を楽しみ、元気に
なりましょう。

