

# 「ひかりの子だより」

だいぶ朝晩の冷え込みが強くなってきたが、皆さん体調崩したりしていないですか？  
急な気温の変化に体調管理が大変ですね。本格的な寒さに備えて、元気な体づくりをしていきたいものです。  
鳴子温泉子育て支援センターでは、園庭での戸外遊びを積極的に取り入れてみなさんをお待ちしております。  
是非遊びにいらして下さいね。

| 日            | 月                | 火                | 水                     | 木                          | 金          | 土                 |
|--------------|------------------|------------------|-----------------------|----------------------------|------------|-------------------|
|              |                  |                  |                       |                            |            | 1                 |
| 2            | 3<br><b>文化の日</b> | 4<br>自由来館        | 5<br>自由来館             | 6<br>自由来館                  | 7<br>自由来館  | 8                 |
| 9            | 10<br>自由来館       | 11<br>絵本の読み聞かせ   | 12<br>めんこちゃんの会(地域交流会) | 13<br>健康相談                 | 14<br>自由来館 | 15                |
| 16           | 17<br>自由来館       | 18<br>クリスマスリース作り | 19<br>自由来館            | 20<br>自由来館                 | 21<br>自由来館 | 22                |
| 23<br>勤労感謝の日 | 24<br>振替休日       | 25<br>わらべうた遊び    | 26<br>自由来館            | 27<br>健康相談<br>ベビー・キッズマッサージ | 28<br>自由来館 | 29<br>こけし文庫<br>30 |

## めんこちゃんの会

(地域交流会)

今回のテーマは

「自分の体をチェックしよう」ということで骨密度・脳年齢・血圧測定などを行い、茶道教室の先生がたてたお茶をいただいってほっとひと息つきましょう。

日時 12日(水)

時間 10:00~12:00

場所 子育て支援センター  
給食代、300円をご用意下さい。

※申し込みは10日(月)までです。

## ベビー・キッズマッサージ 「わが家のちょっとタッチ」

親子の絆をつくるタッチです。どのタイミングで？どんなことばがけで？わが家にぴったりの触れ合い方を見つけましょう！

今月は、27日(木)です

時間 10:00~11:00

持ち物 タオル・飲み物

※申し込みは、25日(火)までです。

## クリスマスリース作り

日時 18日(火)

時間 10:00~11:00

内容 自然物を利用してリースを作り、クリスマスを迎える準備をしましょう。

## 健康相談

たんぽぽ鍼灸院の前田先生によるやさしくなる小児はり（脳や内臓の働きをよくして体や心の成長を助けます。）を受けながら、子育ての悩みや不安にアドバイスを頂けます。  
また、お母さん方も受けることができます。

今月は、13日と27日です。

フェイスタオルを持参して下さい。

※申し込みは前々日までです。

自由来館について  
9:00から14:00までです  
ご自由にお越しください。

### <問い合わせ>

大崎市鳴子温泉子育て支援センター  
「ひかりの子」

〒989-6825

宮城県大崎市鳴子温泉字上鳴子19-1  
TEL 0229-83-2153  
FAX 0229-83-2160

担当 高島 のり子 上野 あけみ