

寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりました。気持ちよく、外で過ごせる時間も増えてくるのではないのでしょうか。いよいよ今年度もあと少しですね。体調を崩さないよう健康管理をしっかりと行い、元気に過ごしましょう！



3月の予定

3日(水) ひなまつり会 10時30分～

*別途申し込みが必要となります。

10日(水) のびのび教室 9時30分～

*保健師さんのお話があります

15日(月) 子育て講座 10時30分～

「えいごであそぼう！！」

*別途申し込みが必要となります。

22日(月) 誕生会 11時00分～

*みなさんで3月生まれのお友達をお祝いしましょう！

26日(金) のびのび教室 9時30分～

*栄養士さんのお話があります。



免疫力を上げる生活術

免疫力は生活習慣やメンタルの状況によっても上下します。免疫力を上げる生活術を積極的に取り入れてみましょう。①腸内環境を整える。②たくさん笑う。③心をときめかせる。④ウォーキングやヨガなど“ちんたら”運動をする。⑤平熱36.5℃以上をキープする。⑥夜更かしをしない。など、感染症に負けないよう、今日から実践してみてください。

今月のうた

「おはながわらった」

- おはなが わらった
おはなが わらった
おはなが わらった
おはなが わらった
みんな わらった
いちどに わらった



子育て講座

「えいごであそぼう！！」

15日(月) 10:30～

今月の子育て講座は、ウインドミルイングリッシュセンターの渡部香織先生をお招きして、歌ったり手遊びをしたりと楽しく英語に触れてみましょう！

申込期間：3月4日(木)～11日(木)



・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、すくすくハウスのご利用は、当面の間、会津美里町に住所がある方のみとさせていただきます。

＜お悩み相談＞

子育て支援センターには、子育て支援員が常時います。困った事、悩み事など気軽にご相談ください。

☆HPはこちらから☆

