



SUNSUNひろばだより

1月号
発行:しあわせ SUN
つどいの広場

あけましておめでとうございます!!

2017年もたくさんの皆様に御利用して頂きました。また、おもちゃの寄付等、様々な御協力に対して心から御礼申し上げます。今年もまた皆さんが元気に遊びに来てくれるのをお待ちしております。本年もよろしくお願いいたします。



2018年もよろしくお願ひいたします

~七草粥の由来~

七草粥とは中国から伝わったもので平安中期頃から始まったそうです。おかゆの中に七草を入れて食べる意味は「一年の無病息災を願う」「邪気を払い万病を除く」などと言われています。そのほかにも野菜が乏しい冬場に不足しがちな栄養素を補う効果もあります。ここから「胃を休める為」と伝わっていると言われています。



外で体をいっぱい動かそう!

外に出て皮膚や気道の粘膜が冷たい空気に触れると、自律神経の動きが活発になります。また室温と外気との温度差をくり返し感じる事によって、寒さにしっかり対応できる身体がつくられていきます。

☆下着はランニングや半袖の方が、運動の妨げになりにくく、体にフィットして保温性に適しています。

上着を重ね着するより、下着を一枚来た方が暖かいですよ。

☆薄手でも袖口、衿口がぴったりとしていて、お腹や背中がしっかり隠れているものの方が暖かく感じます。

☆上着は厚手のものより子どもが活動しやすいものにしましょう!

おしらせ

感染症予防のため、手洗い、うがいをしましょう!! つどい内の洗面所に紙コップを用意しています。エコのため、マイうがいコップ持参大歓迎です。



1月の予定



● 1月5日(金) 10:30~11:00 絵本の読み聞かせ会「よんで! よんで!!」

● 1月12日(金) 10:30~11:30 おやこあそび講習会「SUNSUNひろば」

● 1月19日(金) 10:30~12:30 「スマイル子育て相談会」





つどいの広場の 遊びコーナーを紹介します



ままごとコーナー

お野菜ちよきちよき、おなべでじゅうじゅう。今日は何を作ろうかな♪

絵本コーナー

車の絵本やノントンの絵本もあるよ！好きな本が見つかるかな？



変身コーナー

ドレスを着てプリンセスになったり、他にもピーターパンやステッチになったりできるよ！



他にも楽しいこといっぱい

お絵かきやぬりえ、カルタに、パズルなど、いろいろあるよ！





つどいの広場では毎月楽しい行事を行なっています。ぜひ一度ご参加ください。

● よんで！よんで!! ●

絵本の読み聞かせ会です。スタッフが毎回2～3冊の絵本を読みます。

● スマイル子育て相談会 ● *要申込

子育てアドバイザーの米内幸子先生（元久慈保育園主任保育士）が
子育て中の「ちょっと気になる事」にお答えします。

「おしっこの自立がまだなんです・・・」、「おっぱいが離れません・・・」

「保育園でうまくやっていくにはどうしたらよいのでしょうか・・・」

など相談内容はなんでもかまいません。

相談中はスタッフがお子さんと遊んでおります。

● SUNSUNひろば ● *要申込

おやこあそびの講習会です。

手作りおもちゃを作ったり、あそんだりしています。

11月は「きらきらリース」を作ったよ!!



ボランティア募集!

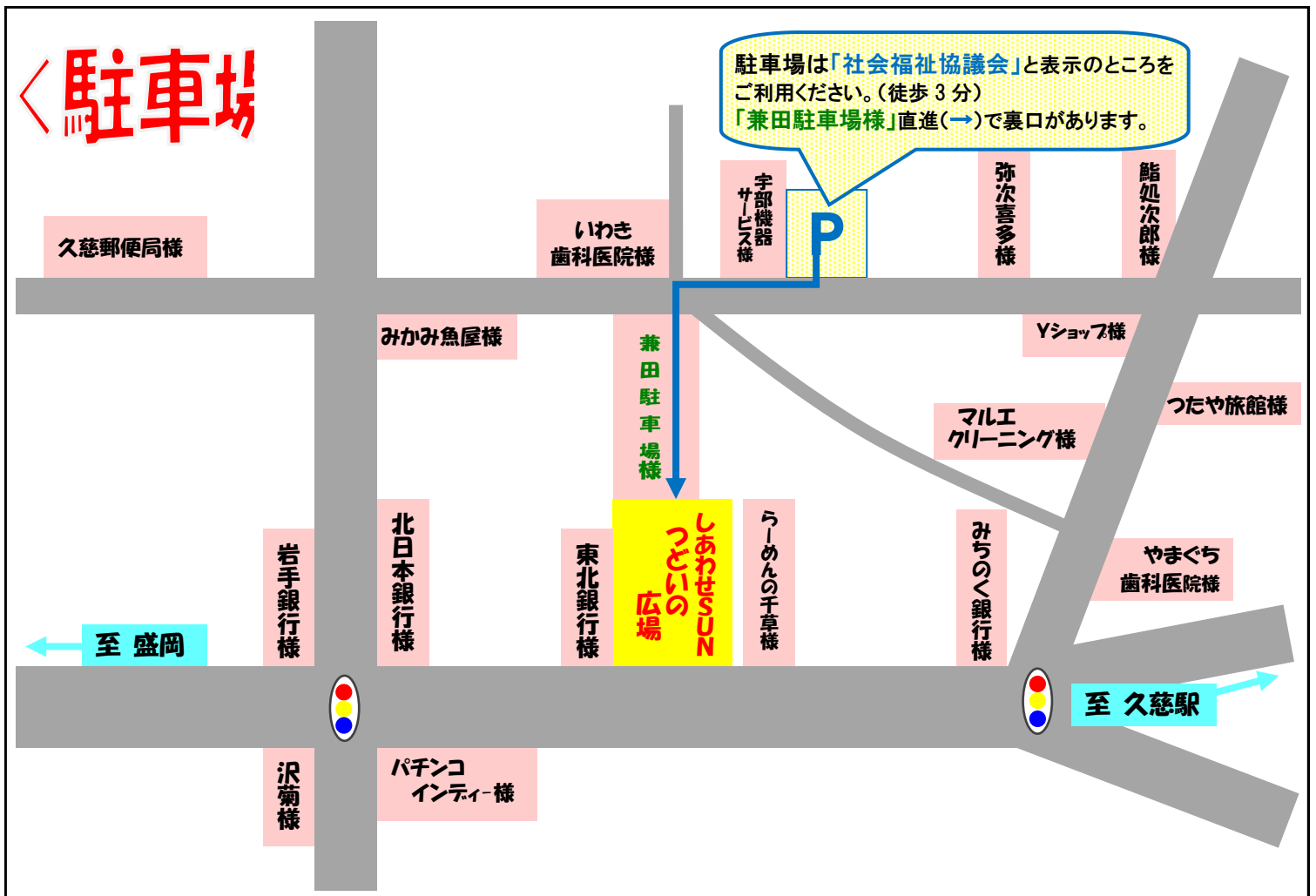
つどいの広場ではお手伝いしてくれる
“若い力”を募集しています。

子どもと遊んでくれたりおもちゃを作ってくれたりする
おにいさん、おねえさんをお待ちしています。

いつでもお電話お待ちしております。



問い合わせ ふくしサロンしあわせSUN
TEL 61-3933 担当 海老名



久慈市社会福祉協議会 ふくしサロンしあわせ SUN つどいの広場
久慈市二十八日町一丁目12番地 TEL 61-3933