

# 『すわっこ』だより

令和5年度 第6号 9月1日(金) 発行

日中はまだまだ厳しい暑さが続いています。そんな中、朝夕に吹く風が心地よく、少しずつ秋を感じられるようになりました。7・8月は水あそびやプールあそびなど夏ならではの活動にたくさんの方が遊びに来てくれて楽しく過ごすことができました。今年の中秋の名月は、9月29日です。空気が澄んで一年の内で一番きれいな満月が見れるとされています。親子でお月見も素敵ですね！すわっこでも秋ならではの製作など予定しています。ぜひあそびにいらしてくださいね☆

月	火	水	木	金	土
		予約は9月1日(金)午前9時30分より随時受付いたします。		1 ほのぼのデー (予約日)	2 ほのぼのデー (自由あそび)
4 10:30~ おたんじょうび会 (8・9月うまれ) 要予約	5 10:30~ YOGA(ヨガ) 保健センター 要予約	6 10:30~ おおきくなったかな (足形アート)	7 10:00~ ピラティス 保健センター 事前予約者のみ	8 10:30~ おはなし会 樋脇郷土館	9 10:30~ ベビー マッサージ 要予約
11 10:30~ 敬老の日 プレゼント製作 要予約	12 10:30~ YOGA(ヨガ) 保健センター 要予約	13 園庭開放	14 10:00~ ピラティス 保健センター 事前予約者のみ	15 10:00~ 子育てサロン ゆっぴい (サーキットあそび) 保健センター	16 電話相談
18 	19 10:30~ YOGA(ヨガ) 保健センター 要予約	20 9:30~ 産後ケア 要予約	21 10:30~ タートル 川内タートル 要予約 10:00~ ピラティス 保健センター 事前予約者のみ	22 10:00~ ママ&ベビー フィットネス 可愛コミュニティ センター 要予約	23 秋分の日
25 10:30~ 骨盤体操 要予約	26 10:30~ YOGA(ヨガ) 保健センター 要予約	27 10:30~ バルーン アート (寺山うさぎ) 支援センター内 要予約	28 10:30~ 子育て講座 (ふれあいあそび) 支援センター内 要予約 10:00~ ピラティス 保健センター 事前予約者のみ	29 10:00~ キッドピクス 可愛コミュニティ センター 要予約	30 ほのぼのデー (自由あそび)
◎今月の音楽あそびと赤ちゃんとおそぼうはお休みです。					



朝の光をお部屋に取り込んでいますか？最近、冷房の効きを良くするために日中でもカーテンを閉めている方も多いのではないのでしょうか。朝日を感じることは体内時計をリセットするためには効果的な方法です。これは赤ちゃんにとっても同じです。赤ちゃんは生後3ヶ月頃から生活リズムが整っていくと言われていますが、それまでの生活の中でも光や温度、食事(授乳)などの刺激が大切です。カーテンを開けて太陽の光(直射日光は避けてくださいね)を感じる事で昼夜逆転の赤ちゃんのリズムが変わるかもしれませんよ！

すわっこも園内  
地域子育て支援センター  
「すわっこ」発行  
TEL(0996)38-1193  
樋脇町市比野 550

薩摩川内市  
月曜日～土曜日  
(10:00～15:00)  
\*随時園庭開放



### おたんじょうび会(8・9月)

日時:9月4日  
時間:10:30~  
場所:支援センター内  
8・9月うまれのお子さまのみの参加になります。ご参加お待ちしております！

おたんじょうび  
おめでとう

### おおきくなったかな(足形アート)

(お月見うさぎ)

日時:9月6日  
時間:10:30~  
場所:支援センター内  
身長・体重をはかり、  
絵の具を使って足形アートの製作をしたいと思います。

### 子育て講座(ふれあいあそび)

日時:9月28日  
時間:10:30~  
場所:支援センター内  
九電さんによります子育て講座！親子でいっぱいふれあいましょう！ご参加お待ちしております☆

### バルーンアートであそぼう!

(寺山うさぎさん)

日時:9月27日  
時間:10:30~  
場所:支援センター内  
寺山うさぎさんによりますバルーンアート！  
どんなバルーンアートができるかな？  
◎お持ち帰り用のエコバックをご持参ください！

### 製作(敬老の日プレゼント)

日時:9月11日  
時間:10:30~  
場所:支援センター内  
大好きなおじいちゃん、  
おばあちゃんに日頃の感謝を伝えましょう！  
◎お子さまの写真をご持参ください！

### 敬老の日プレゼント

着付け体験をしよう

### すわっこ通信

ゆっぴい



### 豆の木

13日  
27日

### 活動の流れ

10:00 開所  
10:30 おあつまり  
あいさつ  
その日の遊び  
12:00 室内・園庭開放  
(育児相談)  
15:00 閉所