

## ～子育て支援拠点～ にこにこ広場・安児夢

### <にこにこ便り 11月号>

2019・11

肌を感じる風もだんだんと冷たくなってきました。  
草木や山の色も少しずつ変化してきて、冬への準備を  
しているようです。

気温の変化低下に伴い空気が乾燥し、かぜ菌たちの  
活動が活発になる季節です。

感染症予防の合言葉は、なんと言っても  
「うがい・手洗い」です。

家族みんなで習慣づけられるといいですね。



### <11月の予定>



火	水	金
		1 free
5 free	6 <講習会> 世話をする。育児から介護まで	8 free
12 <作ってみよう> クリスマスのフーツを作ろう	13 free	15 free
19 親と子のふれあい広場	20 free	22 <講習会> ヨガ教室
26 free	27 にこにこカフェ	29 free

### <楽しくあそんだね>



かほちゃんの  
バックが  
できたよ



### <支援拠点合同子育て講演会> ～世話をする。育児から介護まで～

宇佐市の支援拠点が合同で講演会を行います。  
今、育児中のお母さんたちにぜひ聞いてもらいたいお話です。  
託児がありますので、ゆっくりとお話が聞けると思います。  
ぜひこの機会に参加してみませんか？

(詳しい内容(場所、時間)は拠点のスタッフにお尋ねください。)

### <作ってみよう> クリスマスのフーツをつくろう

クリスマスプレゼントを入れる赤いブーツを作ります。  
○や☆のシールを貼ったり、模様を描いて飾りましょう。  
クリスマスまで壁にかけて飾ってね。



### <講習会> ヨガ教室

ヨガインストラクター・指ヨガインストラクターの稲村花恵さんをお招き  
して、ヨガ教室を予定しています。いつも自分のことは後回しになりがちな  
ママたち、ちょっとだけヨガでリフレッシュしてみませんか？

(動きやすい服装でお越し下さいね。)



### <にこにこカフェ>

年末の忙しくなる前にあたたかいお茶とお菓子  
でホッと一息つきましょう。

11月生まれのお友だちのお誕生会もします。