

令和7年

9月

# あいあい通信



佐呂間町子育て支援センター Tel.2-1255

過ごしやすい季節を迎えました。実りの秋、食欲の秋です。お子さんと一緒に、いろいろな秋を楽しんでみてはいかがでしょうか。季節の変わり目です。寒暖差もあり体調を崩しやすくなりますので、お子さんの体調には十分気を付けてくださいね。



## 『あいあいランド』のお知らせ

3回目の『あいあいランド』は「バス遠足」です。バスに乗って紋別市の「オホーツク流氷公園」に出かけます。

♥日時 9月10日(水) 9:30 支援センター発  
14:00 支援センター到着予定



## 『赤ちゃん相談』のお知らせ

助産師、栄養士、保健師が来所し、育児全般の相談に応じます。計測もできますのでご利用ください。この日は「自由開放日」ですので相談のない方も遊びに来て下さい。♥日時 9月11日(木) 10:00~11:30

## 『お話あいあい』のお知らせ

今回は、美幌町の南出可奈子さんをお迎えし、「リフレッシュ・ヨガ」を行います。少しの時間ですが、自分と向き合って心も体もリフレッシュしませんか?対象の方には、案内ハガキを送付します。申し込みは9月19日(金)までをお願いします。♥日時 9月24日(水) 10:30~11:30



## 『避難訓練』に参加しませんか?



4日(木)の自由開放日に保育所と合同の避難訓練を行います。参加される方は9時50分に「あいあい」にお集まりください。避難訓練の開始時間は10時からです。避難訓練に参加されない方も「自由開放」は行っていますので御利用ください。

## 9月の事業予定



日	月	火	水	木	金	土
	1 休業	2 あそびの 広場 2歳~	3	4 避難訓練 自由開放	5 あそびの 広場 2歳~	6
7	8 あそびの 広場 0・1歳	9 あそびの 広場 2歳~	10 あいあい ランド バス遠足	11 赤ちゃん 相談 自由開放	12 あそびの 広場 2歳~	13 
14 	15 敬老の日	16 あそびの 広場 2歳~	17	18 自由開放	19 あそびの 広場 2歳~	20
21	22 あそびの 広場 0・1歳	23 秋分の日	24 お話 あいあい ヨガ	25 自由開放	26 あそびの 広場 2歳~	27 
28 	29 あそびの 広場 0・1歳	30 あそびの 広場 2歳~	***午後の事業*** 月・火・木・金曜日の午後1:30~16:00 年齢制限なしの自由開放を行っています。 御利用ください。			

## 『あいあいランド』のお知らせ

4回目の『あいあいランド』は「運動会」です。お子さんと一緒に少し体を動かしてみませんか?対象は1歳以上です。申し込みは10月3日(金)までをお願いします。日時 10月15日(水) 10:30~11:30  
場所 町民センター 2階 第3研修室



9月も半ばになると肌寒く感じ、子どもに厚着をさせたくありませんが、本格的な寒さを迎える前のこの時期に薄着の習慣をつけておくことで風邪をひきにくい体になるようです。それは、外気を肌で感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。「大人より1枚少なめ」を目安に薄手の衣服を重ねるなどして上手な体温調節をしましょう。手洗い・うがいも忘れずにね!