第6号　（第37号）
令和8年8月26日
くるんと子育て支援センター
TEL　87-3261
《 HPアドレス》
https://ohisama-nagai.jp/kurunto/

くるんと子育て支援センター 9月のカレンダー

今年は猛暑日や熱帯夜が少なく、セミの声もあまり聞こえなかった気がしますが、予報では秋の訪れは遅く、残暑が長引く可能性が高いそうです。

そろそろ夏の疲れが出てくる時期でもあり、日中の気温と朝晩の気温に差が出てきて、体調を崩しやすくなるようです。体調を維持するには、食事・運動・睡眠と言われています。サツマイモや里芋など、根菜類はこれからおいしい時期になりますし、腸内環境を整えたり、免疫力を高めるなどの良い影響を与えてくれるそうです。まずは、しっかり食べて、元気に過ごしましょう。

日	月	火	水	木	金	土
		1 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	2 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	3 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	4　育児講座 ママサロン AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	5 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ
6 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	7 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	8 休館日	9 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	10 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	11　助産師相談 10:30～11:30 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	12 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ
13 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	14　育児講座 入園申し込み説明会 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	15保健師・栄養士相談 10:30～11:30 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	16 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	17　育児講座 ベビーヨガ AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	18 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	19 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ
20 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	21 敬老の日 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	22 国民の休日 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	23 秋分の日 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	24 休館日	25 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	26 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ
27 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	28　育児講座 フットケアについて AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	29 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	30 作ってみよう AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ			

くるんと子育て支援センターからのお知らせ

9月14日(月)10:30～

長井市子育て推進課より「入園手続きの説明」をしていただきます。
申し込みはいりません。

9月17日(木)
10:30～11:30
「ベビーヨガ」
ハイハイ前限定10組となります。
支援センターにお申し込みください。

9月28日(月)
10:30～11:30
「フットケアの話」
乳幼児の足と靴の話。
6月聞けなかった方は是非どうぞ！
申し込みはいりません。