くるんと子育て支援センター

11月のカレンダー

第9号　（第39号）
令和8年10月23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/

朝晩ずいぶん寒くなってきました。11月7日(土)は、立冬です。だんだん冬の気配が感じられるようになってくる時期です。空気も乾燥してきます。この時期から、肌がかさついてかゆみがでたり、喉や鼻の粘膜もバリア機能が低下しやすくなるそうです。そうするとウイルスが侵入しやすくなってきます。湿度を上げたり、こまめに水分を補給するなどして予防していきましょう。

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 文化の日 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	4 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	5 リフレッシュ講座 上生菓子を作ろう 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 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	9 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	10 休館日	11 リフレッシュ講座 ママサロン 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 助産師相談 10:30～11:30 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	14 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ
15 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 保健師相談 10:30～11:30 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 作ってみよう 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 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ
22 AM/PM 体操と絵本の読み聞かせ	23 勤労感謝の日 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 育児講座 親子でリトミック 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 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 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

11月5日(木)10:30～
リフレッシュ講座
「上生菓子を作ろう」
毎年人気の講座です。お子さんはスタッフと支援センターで遊び、ママは別室へ。
限定7組　申し込みが必要です。

11月11日(水)
10:30～12:00
リフレッシュ講座
「ママサロン」
限定4組
申し込みが必要です。

11月26日(木)
10:30～11:30
育児講座
「 親子でリトミック」
限定10組
申し込みが必要です。