

すこやかだより 8月号

なかいず認定こども園子育て支援センター「ひよこくらぶ」 2019. 7. 25 伊豆市八幡282-1 TEL 0558-75-2810

お日様の光を浴びて、あさがおのつるが伸びてきました。何色の花が咲くのか楽しみです。7月のイベントは『平井綾香先生のヨガ教室』でした。お母さん方は普段お子さんを抱っこやおんぶしたり前かがみでお世話をしたりすることが多いので、腰痛に悩んでいる方が多くいました。その悩みに合わせたヨガのポーズや、産後で開いた骨盤を引き締めるポーズ、また骨盤底筋を鍛えるのに良いポーズなどを沢山教えていただきました。ヨガを終えたお母さん方から「じんわりと汗が出て体がポカポカして気持ち良かったです。」「子連れで参加できるのが嬉しかったです。」との感想をいただきました。8月は『ジェームズ先生による英語教室』を開催しますのでご参加ください。

まだまだ暑い日が続くと思いますが、暑さに負けずに元気に過ごしましょう!!



制作あそび

七夕飾りを作りました。織姫と彦星に顔を描いて、魚や笹飾りを貼りました。みんなの願い事が叶うといいですね☆彡

8・9月生まれの誕生会

誕生月のお友達はもちろん、 一緒にお祝いしてくれるお 友達も大歓迎です。是非遊び に来てください

> 8月26日(月) 10時30分より

8月の予定

月	火	水	木	金
			1 プールあそび	2
5	6 あいり先生の 演奏会	7	8 プールあそび	9
12 振替休日	13 プールあそび	14 なかよしひろば開放	15 お休み	16 お休み
19 制作あそび	20 プールあそび	21	22 プールあそび	23
268・9月生まれの 誕生会	27 プールあそび	28 英語教室	29 身体測定	30



綾香先生のヨガ教室の様子

今年度初めての試みで『ヨガ教室』を 行いました。関節や筋肉がほぐれ心地 良い汗をかきリフレッシュできたよ うです。「また参加したい!」というお 声を沢山いただいたので、今年度中に もう一度開催する予定です。



しゃぼん玉あそびをしたよ

雨続きの7月でしたが、梅雨の晴れ間にしゃぼん玉 あそびをしました。遊び始めた時、ちょうど良い風が 吹いてきて、沢山のしゃぼん玉が空に舞い上がって いき、とても綺麗でした。お天気の良い日にまたやり たいと思います。



♪あいり先生の演奏会』

塚本愛里先生をお招きし、 楽しい**演奏会**を行います。 みんなで楽しいひと時を 過ごしましょう♪

8月6日(火)10時30分より

Let's enjoy English ♪

本園の英語教室を担当している

ジェームズ先生による『英語教室』

を行います。みんなで一緒に楽しみ

ましょう。お気軽にご参加ください。

8月28日(水) 10時より

9月の予定

月	火	水	木	金
2 (教育部始業式)	3	4	5	6
9 制作あそび _	10	11 なかよしひろば開放	12	13
16 敬老の日	17老人クラブの方と ふれあいあそび 避難訓練	18	19	20
23 秋分の日	24	25 なかよしひろば開放	26	27 身体測定
30				