



子育てひろば便り

令和5年12月発行



宮若市子育て支援センター

さくらんぼ 宮若市磯光1317-18
(TEL・FAX)32-1319

たんぼぼ 宮若市宮田6-1
(TEL・FAX)32-0885

たけんこ 宮若市竹原1-1
(TEL・FAX)52-2002

早いもので2023年のカレンダーも最後の1枚になりました。
 師走は、大掃除・年末年始の準備など大人は気持ちがバタバタしますが、
 親戚や日頃会えない方と会えるなど、人が集う時期でもあります。
 子どもの笑顔を見て大人も笑顔、大人の笑顔を見て子どもも笑顔😊
 素敵な笑顔が連鎖する事でしょう。ご家族みなで、健やかな新年を迎えられますようお祈り申し上げます。

ふれあい報告

11月16日(木) さくらんぼにて
 『親子でリフレッシュ体操!』を開催
 しました。子どもと一緒に出来る腹筋
 や骨盤を意識した動きは、お家でも遊
 び1つとして取り組む事が出来そうで
 した。何事も毎日の積み
 重ねが大切です!
 健康な体をキープした
 いですね。



「冬至」

今年の冬至は、12月22日(金)です。
 1年で1番太陽の出ている時間が短く、夜が長い日です。昔から冬至に
 「ゆず湯」に入ったり、栄養価の高いカボチャを食べたりすると病気にな
 りにくいと言われています。ホクホクのカボチャを食べて、温かいゆず湯
 に入って寒い冬を乗り切りましょう。



親子ふれあいタイム

12月20日(水)

「☆クリスマス会☆」

- ☆場所 さくらんぼ
- ☆時間 10:00~11:00
- ☆要予約 10組限定



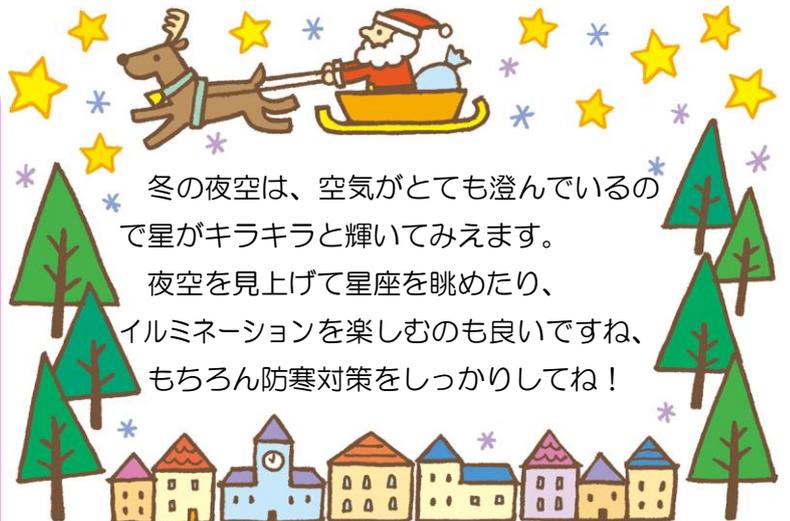
次回は1月24日(水)10:00~11:00

「足形アート👣」です!

場所 さくらんぼ

要予約 10組限定

申し込みは、各ひろばで受け付けています。



宮若冬ほたる☆ハートフル

11/10~1/14まで 17:00~22:00