

のびのびステーション

だより



うたう会



時計作り



人形劇



長い梅雨もそろそろ終わりそうです。

さて、5月から再開したうたう会とベビーイングリッシュに加えて6月は時計作りと人形劇をしました。

5か月、6か月の赤ちゃんもピアノの音色に耳を傾けている姿には只々感動するばかりです。

また、ベビーイングリッシュでは恥ずかしそうにしながらも声を出す子どもたちの柔軟な姿勢に身の引き締まる思いに駆られた方もおられることでしょう。

夏本番を迎えるにあたって健康管理で気を付けることといえば、一番に思い浮かぶのは熱中症です。

特に乳幼児幼児期は自分からのどが渴いたとは言えません。30分に1回位の目安で水分補給をするのもいいかと思います。幼稚園や学校には夏休みがありますが、

小さい子どもや専業主婦には特に決まった休みはありません。これからどんどん熱くなるので今まで以上に十分な休息と水分補給と睡眠、栄養摂取に気を付けて体調管理をしてください。

汗をかくと塩分も消費し、食事味の濃いものが欲しくなります。塩分の摂りすぎに注意しましょう。

レモンやリンゴ、酢などを活用して味の変化を楽しんでみましょう。

7 July

2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26	27	28	29	30	1	2
3	4 OriHiko 作	5	6	7	8	9
10	11 身体測定 ←	12	13 うたう会	14	15	16
17	18	19	20	21 Babey English →	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

【今月の予定】

- OriHiko 作り 4日(月) 11:00~先着順 10組
(費用・持ち物無用) みんなで作ろう➡
- 身体測定 11日(月)~15日(金)の毎日
(各自、母子健康手帳をご持参ください)
- うたう会 13日(水) 10:30-10:45
(田中いずみ先生と安達さおり先生)
- Babey English 21日(木) 10:30~10:45
(大園篤子先生)

今月のうた
キラキラ ぼし

キラキラ ひかる おそらの ほしよ
まばたきしては みんなを みてる
キラキラ ひかる おそらのほしよ



パパッと楽しい季節のごはん

たなばた そうめん

- 【材料】 ●そうめん
●好きな形に切ったお野菜
(きゅうり、オクラ、トマト、パプリカなど)

そうめんつゆ材料

- 出汁200cc、しょうゆ大さじ2、みりん大さじ2

【作り方】

- ① お鍋にお湯を沸騰させてそうめんを好きな固さに湯がく。
- ② 湯がいたそうめんを水に晒してよく洗う。
- ③ 水と氷を入れた器に盛りつけ、好きなお野菜を飾る
- ④ そうめんつゆは市販のめんつゆでも OK



開所日

月曜日～金曜日

午前: 10時～11時30分

午後: 13時～15時まで

(土・日・祝日は休み)

0才～4才位まで

無料 イベント内容により参加費を
頂く場合がございます。

住所: 尼崎市杭瀬北新町3-16-7

☎ 6482-8082

E-mail: info@amagasaki-nobinobi.com

