

あまがさき キッズサポーターズ 11月

# のびのびステーション

たより

暑い日が多かった10月も終わり、  
紅葉黄葉の美しい景勝地が賑わう頃となりました。

さて、10月はコロナ禍のため一度にたくさんの方が  
集まれないので、運動会を2回にわけてしました。

参加したお子さんはおもちゃのない部屋に驚きつつも  
プログラムが進むにつれてごきげんになり、終わってから  
も帰りたくないオーラに包まれていました。

朝夕は寒くなってきましたが、  
小さい子どもさんは汗をかきやすいので  
大人より薄手の衣服で体温調節をしやすくしましょう。

特に寝返りや這い這いをはじめたお子さんは室内では  
靴下をはかず、素足で足の裏を使うことが背筋力や胸筋  
を鍛えることにつながります。

健康な生活の基本は早起き、朝ごはんです。  
日中は暖かい日も多いので動きやすい服装で調節して、  
冬に向けて運動もしっかり楽しんでくださいね。





**【今月の予定】**

- 7日(月)~11日(金) 身体測定
- 8日(火) うたう会 10時30分~
- 17日(木) Baby English 10時30分~
- 21日~25日・29日~12/1日

園田学園大学より実習生



今月のうた

やきいもグーチョコキパー



やきいも やきいも おなかが グー  
 ほかほか ほかほか あちちの チー  
 たべたら なくなる なんにも パー  
 それ やきいも まとめて グー・チョコキパー

秋のほっこり簡単研究おやつ

**スイーツに変身おいもちゃん**

スイーツポテトやん



材料 ●さつまいも ●さとう適量 ●牛乳少々(入れすぎ注意)  
 ●バター1片 ●お弁当用の銀カップ

作り方 ①さつまいもをレンジでチンする。  
 ②お鍋で①をさとうとバターと牛乳で煮てつぶす。  
 ③水分がとんでまとまってきたら甘さの調節  
 ④お弁当用の銀カップに等分に入れる。  
 ⑤④をオーブントースターで焼く。

☆牛乳とさとうは控えめで、最後に甘さを調節すると good

**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