



# 9月 ちゅうりっぴだより

日	月	火	水	木	金	土
						1 
2	3	4	5 キッズマッサージ 及び プレママ プレパパ体験	6	7	8 
9 	10 家庭児童相談員 の相談日	11	12	13	14 となりの台所 「秋のお彼岸 と言えば・・・」	15 
16 	17 敬老の日	18	19	20	21	22 
23/30 秋分の日 (23日)	24 振替休日	25	26 身体計測	27	28	29 

バスタオルを  
ご持参下さい。  
10:30~



敬老の日 手形はがき作り  
9月4日~14日まで

対象は妊婦さんとそのご  
家族です。お気軽にご参  
加ください 10:00~

\*\*\* 保育園からのお知らせ \*\*\*  
園内見学を行います。ご希望の方は支援センターまでお越し  
ください。 9月11日(火)~18日(火) 11:10~

## \*\*\* 涼しくなったら、さあ!お散歩 ♪ \*\*\*

今年の夏は、暑かったですね~! 涼しさを求めてクーラーの効いた部屋にこもりがちだった方も多かったと思います。さあ! 秋風を感じるようになったら、お散歩に出かけませんか♪ 親子で外に出てゆっくり歩くことは『歩育』とも言われています。お散歩は体にも心にもいいことがいっぱい!

### 『歩育』の効果

- ★五感を育てて脳を鍛える。.....五感を使い脳が刺激されると、記憶力、創造力、発想力、脳の回転を良くし学力を大きく伸ばすことができる。
- ★親子の会話で言語機能を高める。.....親子で会話しながらゆっくり歩き、触れ合いが増えることも脳神経細胞の発達に効果的。
- ★運動機能の発達.....ちょっとした段差を乗り越えてみたり、時には転んでしまったり、室内ではできない動きを取り入れることができる。
- ★外で遊ぶと心が安定する.....冷暖房の効いた場所に居ることが多く体温調節機能が衰えると、セロトニンというホルモンの働きが弱くなるため、イライラしたり、感情のコントロールが効かなくなることも! 戸外でのびのび過ごそう♪



※利用時間 9:00~15:00	※利用日 月~金曜日 毎日開館
砺波市太郎丸2丁目29-2	TEL 0763 (32) 7978