



おひさま通信 11月

木々の葉も赤や黄色に彩られ、秋の深まりを感じるようになってきました。紅葉を眺めたり、落ち葉や木の実を集めたりしながら、秋の自然を感じるのも良いですね。気温差が激しく感染症が心配される季節です。体調管理に気を付けながら、元気に過ごしていきましょう。

連続講座「NPプログラム」がありました

9/3～10/8までの6回連続で行いました。お母さん方が日頃の子育てや家事などについて、悩みを話したり共感しながら、お互いにアイデアを出し合い情報交換する講座でした。託児がありましたので、話し合いたいテーマごとじっくり話することができ、毎回笑顔が広がり、充実した時間を過ごすことができました。参加された方からは『こんなに楽しい講座なので、たくさんのお母さんに参加してもらいたい』と嬉しい言葉もいただきました。

感想の一部を紹介します

- ご飯のレシピをみんなで出し合ってくれたことで、お昼ご飯や夕飯にいろいろ作ってみることができてよかったです。
- 同じように子育てをしているお母さんたちと知り合い、仲良くなれたことが、1番嬉しかったです。
- 親も子も完璧じゃなくて当たり前だと思えた。もっと肩の力を抜いて楽に育児をしようと思えた。
- 毎日何も出来てないと思っていたけど、それは子どもと向き合っているからなんだな、と少し自分を認めてあげることができた。
- 子どもがいる幸せ、家族がいる幸せ、毎日が当たり前過ぎていく中で感謝を感じる日が増えた気がする。



◎連続講座のほかに、親子で体を動かす遊びの講座も行っています。

その都度お知らせしますので、ぜひ参加してください。



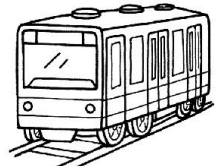
11月生まれの
てがたの日
11月30日(日)

〈今月のふれあいあそび〉

「でんしゃは でんでん」

でんしゃは でんでん
はしるよ でんでん

ガッシャンコー
ガッシャンコー
ガッシャンコー



- 手洗い場をご利用時、お手持ちのハンカチ等をご利用いただきありがとうございます。水道まわりが濡れてしまった時には、上に置いてある雑巾をお使いください。
- お忘れ物が増えています。お帰りの際はもう一度お手回り品の確認や、コインロッカーをご使用の方は100円の取り忘れがないかお確かめください。
- 冬になると、さまざまな感染症が流行します。咳、鼻水等の症状のあるお子さん、またご本人やご兄弟などが通っている幼保園、学校等が感染症のため休園、クラス閉鎖になったご家族は、ご家庭で様子をみていただけるとありがたいです。皆様が安心して利用していただけますよう、ご協力をよろしくお願いします。

11月18日(火) 11:15～ 諏訪中央病院小児科医師の武井先生による『お医者さんのお話』があります。質問に合わせてお話をしてくださるので、病気のことはもちろん、お子さんの行動や様子など、日頃気になっていることがあれば、ロッカー上のボードに、付箋用紙に書いて貼ってください。