



9月

月	火	水	木	金	土
8 みんなであそぼう 9:30~12:00 ※敬老の日フォトプレゼント 自由にあそぼう13:00~16:00	9 はいはい広場 9:30~12:00 ※寝相アート	10 みんなで あそぼう 9:30~12:00	11 ゆりかごの日 9:30~12:00 13:00~16:00	12 みんなであそぼう 9:30~12:00 自由にあそぼう 13:00~16:00	13
15 お休み 敬老の日	16 はいはい広場 9:30~12:00	17 みんなで あそぼう 9:30~12:00	18 ゆりかごの日 9:30~12:00 13:00~16:00	19 みんなであそぼう 9:30~12:00 自由にあそぼう 13:00~16:00	20
22 みんなであそぼう 9:30~12:00 ※お誕生会11:30~ 自由にあそぼう13:00~16:00	23 お休み 秋分の日	24 みんなで あそぼう 9:30~12:00	25 ゆりかごの日 9:30~12:00 13:00~16:00	26 みんなであそぼう 9:30~12:00 自由にあそぼう 13:00~16:00	27
29 みんなであそぼう 9:30~12:00 自由にあそぼう 13:00~16:00	30 はいはい広場 9:30~12:00 ※離乳食クッキング 10:00~12:00	10月1日 みんなであそぼう 9:30~12:00	2 ゆりかごの日 9:30~12:00 13:00~16:00	3 みんなであそぼう 9:30~12:00 自由にあそぼう 13:00~16:00	2
6 みんなであそぼう 9:30~12:00 自由にあそぼう 13:00~16:00	7 はいはい広場 9:30~12:00	8 みんなで あそぼう 9:30~12:00	9 ゆりかごの日 9:30~12:00 13:00~16:00	10 みんなであそぼう 9:30~12:00 自由にあそぼう 13:00~16:00	11

☆9月4日(木)の収穫体験が雨天だった場合、9月8日(月)に延期になります。

☆9月8日(月)
☆9月9日(火)

敬老の日のフォトプレゼント

敬老の日のプレゼントに写真を撮りませんか？

フォトスポット(はいはい広場では寝相アート)を準備してお待ちしていますね
ご自分のカメラ(スマホ)で撮って頂きます

【時 間】 8日(月)は午前と午後どちらでもいいです。ご都合のいい時間にどうぞ

【参加費】 無料 【申込み】 不要

☆10月16日(木) 陶芸をしよう

初めての方も大歓迎！！山中洋子先生方に教えて頂きながら、器など素敵な焼きものを作ってみませんか？

※ぽこで託児となります。作る会場がすぐ近くではありますが離れてしまいますので、お子さんに無理のないように申し込みをお願い致します。

【時 間】 9時30分から

【参加費】 粘土代 700円

【持ち物】 エプロン

【申込み締切り】 10月8日(水)

【定 員】 6名

☆・☆・ 保健師からのお知らせ ・☆・☆・保健師 日野

こんにちは。保健師の日野です。ママ・パパの健康についてのお知らせです。

特定健診ってご存じですか？聞きなれないかもしれませんが、一番基本的な健診です。

鷹栖町では30歳以上が対象で、無料または500円で受診できます。

血液（血糖・脂質・腎機能・肝機能・貧血など）・尿検査、心電図検査、眼底検査などがあります。

生活習慣病などは自覚症状がないため、健診を受けないと気付かず、若い年代の方でも突然、

心筋梗塞や脳梗塞で倒れ、後遺症が残ったなど重症になることがあります。

若いうちから健康状態を確認することはとても大切です。

浅井医院では上記の検査項目に加え、1日の塩分摂取量も検査しています。（尿検査）

塩分摂取量は高血圧（将来のリスクも含む）と関連があり、普段の食生活を確認する機会になります。

旭川がん検診センター（末広）では、土曜や日曜にも実施している場合もあります。

気になることがあれば、保健師に気軽に声をかけてくださいね！



・・栄養のおはなし・*・*

管理栄養士 佐野

🍷 クッキングのお知らせ 🍷

離乳食作りの悩みとして「レパートリーが少ない」という声をよく耳にします。離乳食の時期は1回に食べる量もそれほど多くないので、どうしても同じような食材に偏ってしまいがちですね。

今回のクッキングでは離乳食の料理を3品程度ご紹介する予定です。形状やレパートリーなど少しでも離乳食の悩みを解消するきっかけになればと思いますので、ぜひご参加ください🍷

日 時：9月30日（火）10：00～12：00
場 所：子育て支援センター ぽこ・あ・ぽこ
内 容：離乳食作り
持ち物：エプロン、三角巾、参加費（200円）
定 員：6名

申込み締切
9月24日（水）



7/4幼児食クッキング



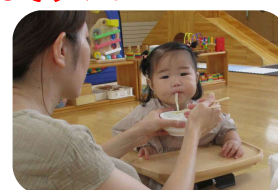
♪水遊び♪



8/4七夕飾り作り



8/7 流しそうめん



8月のお誕生会には石崎美音ちゃんがヘアピンとイヤリングを付けておしゃれをして来てくれました。とっても可愛いです♥好きな色→ピンクとむらさき好きな動物→ぞうとほりねずみ好きな食べ物→食パンと、とても上手に質問に答えてくれました。お母さんにみおんちゃんの好きな所をお聞きすると、「念願の女の子で、悪い所もいい所も私に似ているので育てていて楽しく、かわいいです。かわいい物が好きな所も一緒です。」と教えてくれました。

みおんちゃん 3歳のお誕生日おめでとう！！