

ひよこだより 2024年5月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			○	園庭開放のみ	憲法記念日	×
5	6	7	8	9	10	11
×	振替休日	制作	制作	園庭開放のみ	制作	×
12	13	14	15	16	17	18
×	成長測定	成長測定	成長測定	園庭開放のみ	成長測定 5月の誕生日会	×
19	20	21	22	23	24	25
×	植生出張支援	○	講座	園庭開放のみ	○	×
26	27	28	29	30	31	
×	○	○	○	園庭開放のみ	○	

※定員 12名の予約制です。下記までお電話にてご連絡ください。



今年は雨の多い春でしたので、春の陽気に誘われて…♪といった日が少なかったですね。そろそろ夏が近づき、太陽の強い紫外線を長時間浴びることによる様々なリスクを気にされる方が多いのではないかと思います。骨を元気に育てるためには太陽を浴びることも大切です。太陽の紫外線を浴びることで、体内でビタミンDが作られ、このビタミンDが骨の生育に必須な血中のカルシウム濃度を高める作用があるからです。そして、免疫作用を高め、鬱や睡眠とも大きくかかわっています。住んでいらっしゃる場所や季節・時間帯によって、推奨されている日光照射時間は異なりますが、冬であれば30分から1時間、夏であれば暑さを避けて木陰で30分程度過ごすといえます。質の良い睡眠のためにも、朝のお散歩を日課にできるとよいですね。はじめは、靴を履いて外へ出てみるだけでもいいので、やってみてください。暑さ対策、水分補給はお忘れなく！

母の日制作

7(火)8(水)10(金)

お子様のかわいい写真を使って、母の日のプレゼントを作りましょう。たくさんご予約をお待ちしています。

植生出張支援

(植生地域交流センター)

20日(月) 10時~12時

今年も月に一度の植生出張支援を行っています。植生にお住まいの方もそうでない方もご利用になれます。植生にお住まいのお友達がいらしたら、いっしょに来てくださいね。

手作りおもちゃ講座

22日 10時~

ペットボトル蓋を使って、絵合わせのおもちゃを作ります。ひよこルームでも人気のおもちゃです。まだ、絵合わせができない小さなお子様でも、手指を使ってケースに入れる楽しさがあります。12組限定です。

6月の予定

- お誕生会 7日(金)
- 父の日制作 11(火)12(水)14(金)
- 植生出張支援 24日(月)

お楽しみに~