



8月わたくしAngel Garden

ニュー・ジェネレーションセンター
NO. 231
R8.8発行



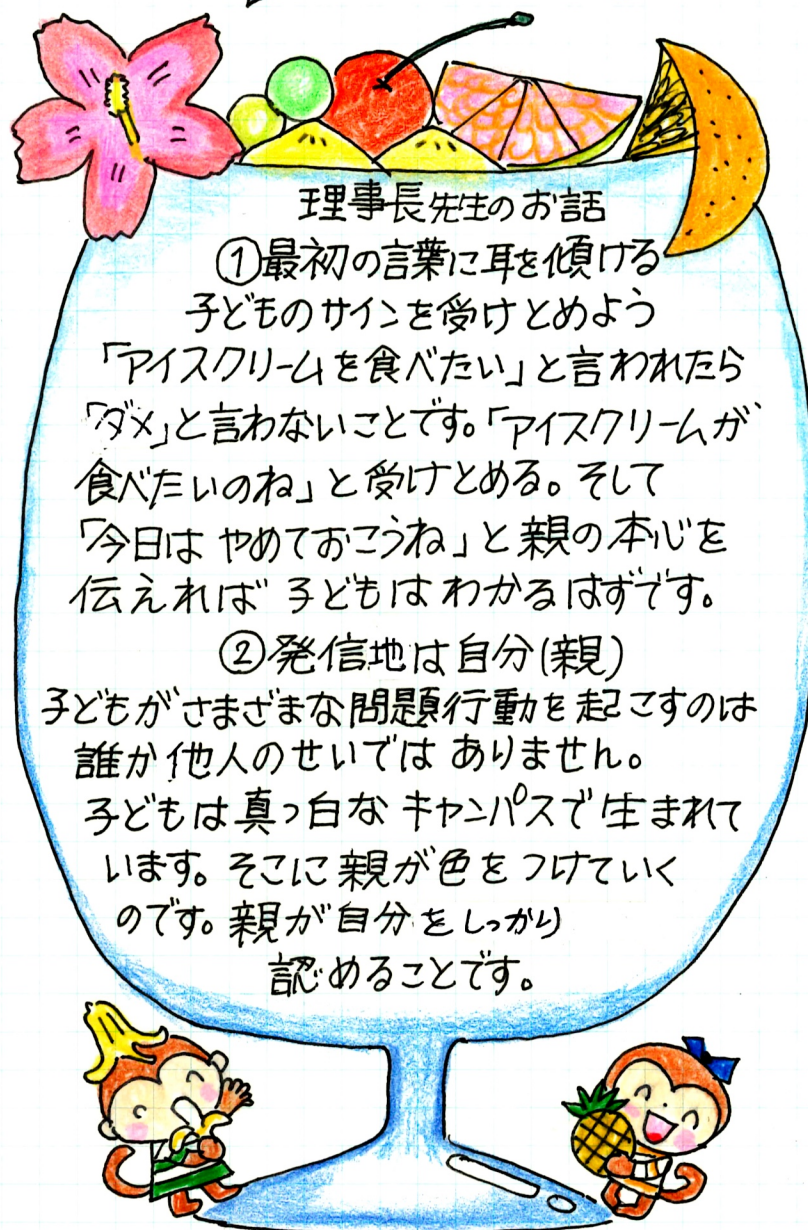
New Generation Center

ニュー・ジェネレーションセンター

8月のイベント予定

地域子育て支援センター

月	火	水	木	金
3 音楽合わせ 英語あそび	4 手形アート	5 親子体操 (3B)	6 ヨガ	7 見学会 室内あそび
10 手形アート	11 山の日 祝日	こどもまんなか 水都っ子月間		
17 保健師との 子育て相談 室内あそび	18 ベビーマッサージ ベビージョギ	19 ベリダンス (骨盤体操)	20 親子 リズムあそび	21 ヨガ
24 新聞紙で 親子あそび	25 水都っ子 海の生き物 あそび	26 親子 ほのめあそび	27 音楽に合わせて 体を動かそう	28 チア ヨガ
31 ア・バ・マン づくり				



理事長先生のお話

①最初の言葉に耳を傾ける
子どものサインを受けとめよう

「アイスクリームを食べたい」と言われたら
「ダメ」と言わないことです。「アイスクリームが
食べたいのね」と受けとめる。そして
「今日は やめておこうね」と親の本心を
伝えれば 子どもはわかるはずです。

②発信地は自分(親)

子どもがさまざまな問題行動を起こすのは
誰か他人のせいでは ありません。
子どもは真っ白な キャンパスで生まれて
います。そこに親が色をつけていく
のです。親が自分をしっかり
認めることです。

酷暑の夏! おうちで体力づくり

くまさん

手足を使うことにより腕・肩
足・腹筋・背筋が強くなるよ

くつ下は
ぬいてね



よつあしに
なって
前に進む

あざらしん

上半身を起こし、腕の力だけ
で進むよ 背筋と腕の力が
つくよ



足をまっすぐのばして腕だけで進むよ
ママやパパがまず見本でやってみよう

熱中症予防に効く食べ物

暑い夏は、こまめな水分補給の他、普段からの熱中症予防のための栄養素の摂取を心がけましょう。

カリウム

日常的に摂ることで熱中症にかかった
時の回復力を高めることができます
(バナナ、じゃがいも、干しひじき、おのれん草)

ビタミンB1

食欲不振解消、倦怠感を
少なくする働きがあります
(豚肉、うなぎ、のり、乾燥大豆)

クエン酸

疲労回復に効果を発揮
(レモン、グレープフルーツ
梅干し、食酢)



お気軽に遊びに来て下さい
お電話お待ちしております

わかたけ保育園

西えり町1-110

(お問い合わせ) Tel 0584(73)2530

開園 9:30~15時まで



URL <https://wakatake.ogaki-wakeikai.com/>