



4月 支援センター活動予定

4月のうきうきランド開催日

◆開催日： 4月7日（月）・9日（水）・14日（月）
15日（火）・16日（水）・25日（金）

◎手遊びや絵本の読み聞かせをしています。
◎月末には、身体測定を行っています。

◆時間： 10時～11時30分まで

◆対象年齢： 6ヶ月～就学前のお子さん



※予約の制約はありません。お母さんやお子さんの都合に合わせてご利用下さい。

朝ご飯

朝ご飯には…

- ・体にエネルギーと栄養を与えてくれる
 - ・脳も活発にしてくれる
 - ・体温を上げて体を目覚めさせる
 - ・生活のリズムをつくる
- などの役割があります。朝はしっかりご飯を食べてその日1日を元気に過ごしましょう。

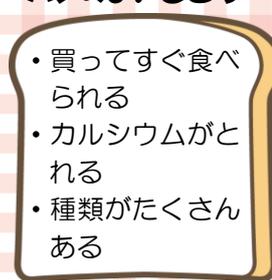


ご飯のよいところ



- ・腹持ちがいい
- ・あごを強くする
- ・塩分がない

パンのよいところ



- ・買ってすぐ食べられる
- ・カルシウムがとれる
- ・種類がたくさんある

ご飯食

メニュー例

パン食



ご飯・おにぎり
卵・野菜・魚料理、汁物



パン、卵・野菜料理、
スープ、牛乳、果物

☆☆☆☆☆ お楽しみに ☆☆☆☆☆

- 麦茶または、水の持参をお願いします。麦茶を飲む時間は、お片付け後になります。
- 安全を考慮し、支援センターに入りましたら、手洗いと消毒をお願いします。
- 鼻水や咳、熱など体調がすぐれない場合には、ご利用をお控え下さい。
- 支援センター内でケガをせず、楽しく安全に遊べるように玩具が散乱した時には、プチお片付けをお願いします
- 支援センター以外の保育室やホールでは、保育所の子どもたちが活動している為、入らないで下さい。
- 保育所行事及び、担当者の不在により『うきうきランド』がお休みになることがあります。
- 不明な点がございましたら、遠慮なくお問い合わせ下さい。 【中央保育所 2-2411】