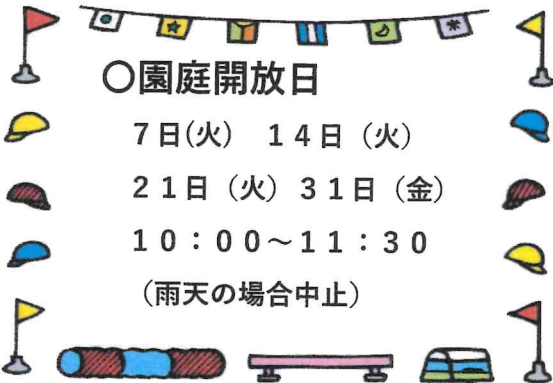




○園庭開放日

7日(火) 14日(火)
 21日(火) 31日(金)
 10:00~11:30
 (雨天の場合中止)

いさちルームの予定(雨天決行)

7日(火)	制作：ハロウィンバック お誕生日会 身長・体重測定
14日(火)	室内・戸外遊び
21日(火)	室内・戸外遊び
31日(金)	ハロウィン ご近所を歩きます。

31日のみ人数把握のため事前予約が必要です

伊左地保育園 485-2700まで

★ハロウィン：10:00~ 簡単な仮装して
 きてください。

○持ち物：7日に製作したハロウィンバック、水筒、帽子

お願い

- ・受付でお名前の記入をお願いします。
- ・幼稚園、保育園へ通っていない子ども対象です。
- ・お茶と帽子は、各自でご持参ください。
- ・ゴミは各自持ち帰りましょう。
- ・必要なおむつは、各自でご用意ください。
- ・お菓子の持ち込みはご遠慮ください。



○育児相談

対象者：市内在住の乳幼児の保護者
 受付：月~金曜日(祝日除く)
 日時：10:00~16:00
 子育ての不安や悩みなど、どんなこ
 とでもお気軽にご相談ください。

一緒に歩けばいいこといっぱい

歩くことで育つ子どもの体と心

車や電車、バス、自転車、ベビーカーなど、移動手段の便利さと引き換えに、子どもの歩く時間が減っています。そのため、運動能力に大きな影響を与える「土踏まず」が作られないまま成長する子どもの数も増え

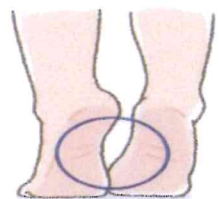
ています。歩くことは子どもの骨や筋肉を強くするだけでなく、足裏への刺激によって脳の血流も活発になります。歩くことの効果やメリットを知り、子どもと一緒に「歩く」ことをぜひ意識してみてください。

「あそこまで歩こう」
 などとゴールを決め、
 励ますことで、がんば
 る気持ちも育ちます。



歩くことの効果

- ・骨や筋肉を強くする
- ・脳の血流をよくする
- ・ストレス解消
- ・安眠
- ・肥満防止



土踏まずがしっかりあ
 る足は、健康な足!