

# すくすくひろば

気持ちよく晴れ渡った青空に、照りつけるような陽射し。いよいよ夏がやってきました。夏は生活リズムが乱れやすい時期です。たくさん遊んで、いっぱい食べて、しっかりと休息を取りながら、体の変化に気をつけつつ、暑い夏を元気に過ごしていきましょう。すくすくひろばは、安心して遊べる場・情報交換の場・お友達、ママ友づくりの場としてありたいと思います。気軽に遊びに来てください。

## ◎7月のすくすくひろばの様子◎

7月は、3B体操と水遊びをしました。3B体操では、親子体操とお母さんだけの体操をしました！子どもたちは、お母さんと触れ合うことが出来て、とても嬉しそうでした♪お母さんたちは、音楽に合わせて体を動かしたり、いろんな用具を使って普段動かさない筋肉を使って、リフレッシュできたようです！！子どもたちとお母さんたちが笑顔で過ごせて良かったです♪

あんらく保育園では、月に1回3B体操を計画します。最近、運動不足だな！体を動かしたいな！リフレッシュしたいな！など興味がある方は、ぜひ参加してみてください♪



親子体操の様子



8月12日(木)

★親子体操(3B体操)

8月26日(木)

★野菜スタンプをしよう!

★時間 10時~11時

★2日前までの申し込みをお願いします。

★その他、ご不明な点は園へお問い合わせ下さい。

3B体操は、ボール・ベル・ベルトの3つの用具を使って、楽しめる健康体操です。親子での体操・ママだけの体操といろいろ工夫して進めていきます。ぜひ、ご参加ください!!

参加の際は、動きやすい服装・シューズ・水筒の準備をお願いします。

### 新型コロナウイルス感染予防対策について

- ・来園時の検温(親子共)
- ・手指消毒
- ・マスク着用
- ・利用人数3組
- ・水筒(水分補給のため)
- ・出入り口につきまちは

外階段からの出入りをお願いします。  
ご協力よろしくお願ひ致します。

