

# すくすくひろば

●8月号●令和5年度●

社会福祉法人慈寂福祉会  
幼保連携型認定こども園  
あんらく保育園

志布志市志布志町安楽1786-8  
☎099-472-0098（担当：牧田）

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。  
たくさん遊んで、いっぱい食べて、そし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たいですね。

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。参加希望者は事前の連絡をお願いします。

## ◎親子体操（3B体操）の紹介◎

3B体操は、ボール・ベル・ベルターの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。

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もちろ  
ん！！体操は興味なくても、子育ての悩みや話をしたいな！聞きたいな！でもいいです！！  
ぜひ、気軽に参加してみてください♪

8月24日(木)・8月31日(木)

(今月は、第4・第5木曜日になります)



★動きやすい服装・シューズ・水筒・敷物(バスタオルやフланケット等)  
の準備をお願いします。

★時間 10時～11時

★2日前までの申し込みをお願いします。

★出入り口につきましては、外階段からの出入りをお願いします。

★その他、ご不明な点は園へお問い合わせ下さい。

ボールやベル、ベル  
ターを使いながら子  
どもたちに合わせて  
進めていきます。