



# のびのび通信

埼玉県新座市野火止4-14-12

**TEL 048-480-5570**

今年も残りわずかとなりましたね。風邪などが流行する時期なので手洗い・うがいをしっかり行い、寒さに負けず元気に過ごしましょう。来年は1月5日からです。みなさんの元気な姿を楽しみにしています。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1	2	3	4	5
身体測定 10:00～12:00	身体測定 10:00～12:00	身体測定 10:00～12:00	身体測定 10:00～12:00	身体測定 10:00～12:00
8	9	10	11	12
手形アート 10:30～12:00	ハーフバースデー 撮影会 11:00～12:00	手形アート 10:30～12:00	お話 11:00～	手形アート 10:30～12:00
15	16	17	18	19
季節の製作 10:30～12:00	お話 11:00～	季節の製作 10:30～12:00	リトミック 11:00～12:00	季節の製作 10:30～12:00
22	23	24	25	26
お話 11:00～	お話 11:00～	お楽しみ会 11:00～12:00	ハーフバースデー <sup>撮影会</sup> 11:00～12:00	誕生会 11:00～12:00

※行事予定は変更になることもあります。

のびのび利用時間 月曜日～金曜日 9:30～12:00・13:00～15:30

# みかんで風邪予防



みかんの仲間は、世界でおよそ 900 種類もありますが、日本のみかんは、日本独自の品種です。ビタミン C が多く含まれているので、風邪予防に効果的。ビタミン C は調理で壊れやすいので、皮をむいてすぐにそのまま食べられるみかんは、ビタミン C を効率よくとれる優れた食べ物です。みかんを食べて、風邪に負けない体を作りましょう。



# 冬のスキンケア



冬は気温が低く空気が乾燥していて、肌荒れが気になる季節です。皮膚の表面がガサガサになると、保護機能が失われトラブルが多くなります。お風呂上がりの就寝前と朝の着替えのときに保湿剤を塗って、皮膚の乾燥を防ぎましょう。毎日続けることがポイントです。



**1日(月)～5日(金)**  
**身体測定 10:00～12:00**

お子さんの測定をお手伝いします。  
お子さんの悩みなどありましたらご相談ください。



**8日(月)・10日(水)・12日(金)**  
**手形アート 10:30～12:00**

手型でクリスマスツリーを作ります。



**9日(火)・25日(木)**  
**ハーフバースデー撮影会**

時間: 11:00～12:00

対象: 生後 6 か月のお子さん

持ち物: スマホやカメラ

12月1日から予約を開始します。

可愛いフォトスペースをご用意しています。



**15日(月)・17日(水)・19日(金)**  
**季節の製作 10:30～12:00**

クリスマスリースを作ります。

**18日(木)リトミック**

**11:00～12:00**

音楽に合わせて身体を動かしましょう。



**24日(水)お楽しみ会**

**11:00～12:00**



定員: 子ども 15 人 予約開始 12月1日  
みんなで楽しく過ごしましょう。サンタさんが来るかな?  
予約の方のみの利用となります。

**26日(金)お誕生日会**

時間: 11:00～12:00

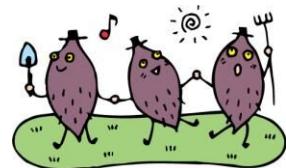
誕生日のお子さんにはプレゼントがあります。

参加する方は前日までにお知らせください。



- ◆ 水分補給以外の飲食は出来ません。
- ◆ ご家族が通う保育園、幼稚園、小学校等が休園、学級閉鎖等を行っている場合は、ご利用をお控えください。
- ◆ 第一駐車場と第二駐車場があります。ご自由にお使いください。

## いもほり



## 季節の製作



## 足形アート

