



# ニコニコだより

10・11月号

☎47-6586

今年も暑い夏でしたね💦ここ最近、朝・夕が涼しくなり日中との寒暖差に気を付けたいところですね！北海道の秋は短く、あっという間に過ぎていきます。落ち葉拾いや紅葉狩りなど、子どもたちにとっても、自然の中で季節の移ろいを感じる絶好のチャンスです!!お散歩や公園に出かけた際は、親子で秋を見つけてみませんか～？お出かけの時は、一枚羽織る物もお忘れなく！



9月のミニ講演会ご参加ありがとうございました。

未明からの雨で、心配だったお天気も徐々に回復し、秋晴れの下無事に函館公園ピクニックが開催されました！今回は8世帯の参加があり、歩くと汗ばむくらいの陽気の中、ゴールの噴水広場を目指しました！しゃぼん玉をしたり、おやつを食べたり、みんなと楽し過ごせましたね♪抱っこやベビーカー パパ・ママも本当にご苦労様でした!!



☆10月のミニ講演会のお知らせ☆  
～競馬場の緑の広場で遊ぼう♪～

日時:10/17(木)10:30～11:30 現地集合・解散 10世帯先着  
ポニーとのふれ合いも予定中です！  
詳しくはサロン指導員までお声がけ下さい^^  
たくさんのご参加をお待ちしております

| 10月の予定 |     |              |              | 11月の予定 |     |              |              |
|--------|-----|--------------|--------------|--------|-----|--------------|--------------|
|        |     | 9:00～12:00   | 13:30～15:30  |        |     | 9:00～12:00   | 13:30～15:30  |
| 1      | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    | 1      | (金) | 自由開放(0歳児)    | 自由開放(年齢制限なし) |
| 2      | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    | 2      | (土) |              |              |
| 3      | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) | 3      | (日) | 文化の日         |              |
| 4      | (金) | 自由開放(0歳児)    | 職員研修のため閉所    | 4      | (月) | 振替休日         |              |
| 5      | (土) |              |              | 5      | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    |
| 6      | (日) |              |              | 6      | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    |
| 7      | (月) | 自由開放(1歳児～)   | 自由開放(年齢制限なし) | 7      | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) |
| 8      | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    | 8      | (金) | 自由開放(0歳児)    | 自由開放(年齢制限なし) |
| 9      | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    | 9      | (土) |              |              |
| 10     | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) | 10     | (日) |              |              |
| 11     | (金) | 自由開放(0歳児)    | 自由開放(年齢制限なし) | 11     | (月) | 自由開放(1歳児～)   | 自由開放(年齢制限なし) |
| 12     | (土) |              |              | 12     | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    |
| 13     | (日) |              |              | 13     | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    |
| 14     | (月) | スポーツの日       |              | 14     | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) |
| 15     | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    | 15     | (金) | ミニ講演会        | 自由開放(年齢制限なし) |
| 16     | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    | 16     | (土) |              |              |
| 17     | (木) | ミニ講演会        | 自由開放(年齢制限なし) | 17     | (日) |              |              |
| 18     | (金) | 自由開放(0歳児)    | 自由開放(年齢制限なし) | 18     | (月) | 自由開放(1歳児～)   | 自由開放(年齢制限なし) |
| 19     | (土) |              |              | 19     | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    |
| 20     | (日) |              |              | 20     | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    |
| 21     | (月) | 自由開放(1歳児～)   | 自由開放(年齢制限なし) | 21     | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) |
| 22     | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    | 22     | (金) | 自由開放(0歳児)    | 自由開放(年齢制限なし) |
| 23     | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    | 23     | (土) | 勤労感謝の日       |              |
| 24     | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) | 24     | (日) |              |              |
| 25     | (金) | 自由開放(0歳児)    | 自由開放(年齢制限なし) | 25     | (月) | 自由開放(1歳児～)   | 自由開放(年齢制限なし) |
| 26     | (土) |              |              | 26     | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    |
| 27     | (日) |              |              | 27     | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    |
| 28     | (月) | 自由開放(1歳児～)   | 自由開放(年齢制限なし) | 28     | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) |
| 29     | (火) | 1歳児サークル      | 自由開放(0歳児)    | 29     | (金) | 自由開放(0歳児)    | 自由開放(年齢制限なし) |
| 30     | (水) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(0歳児)    | 30     | (土) |              |              |
| 31     | (木) | 自由開放(年齢制限なし) | 自由開放(年齢制限なし) |        |     |              |              |

お知らせ  
令和6年10月1日(火)より  
週間プログラムに変更があります。  
☆毎週(木)午前0歳児サークル  
↓  
自由開放(年齢制限なし)  
☆毎週(金)午前0歳・2歳・リラックス  
↓  
自由開放(0歳児)  
☆毎週(金)午後リラックスタイム  
↓  
自由開放(年齢制限なし)  
引き続き、たくさんのご利用を  
お待ちしております。

**インフルエンザ予防接種情報**  
季節は夏から秋へと移り変わってきています！この時期に気になるのが…。インフルエンザワクチン接種ですね！もう、予防接種の予約はお済みですか？今年はフルミスト(点鼻液)もあるようで、注射が苦手なお子さんには心強い！  
※ただしフルミストは  
2歳から18歳までになります。  
詳しくは、各医療機関に  
お問合せ下さい。

**旬の食材を食べてパワーアップ!!**  
食欲の秋の到来ですね！旬の食材には栄養が沢山含まれています。今年はさんまが豊漁とのニュースを目にしました。昨年まではお高いイメージのさんまも今年は手が届きそう!!さんまには貧血予防に効果のあるビタミンB12や眼精疲労を防ぐビタミンA、動脈硬化・心筋梗塞・高血圧などの予防に効果的なDHAとEPA、良質のタンパク質などを脂肪分に豊富に含んでいるそうです。さんまを沢山いただいて健康な体作りをしましょう!!



**ハロウィン撮影会**  
10/31(木)午前・午後の自由開放の中でハロウィン気分を楽しんじゃいましょう♪当日はプチ仮装でいらして下さい!(サロンにも少し準備しておきます)  
\*申し込みは不要です。