

おひさまだより

7月号

～食森子育て支援だより～

いよいよ夏がやってきます☆こども園でも水遊びを楽しむ子ども達の姿が多くみられるようになりました。

今月はお絵描き教室やヨガ、大人も子どもも一緒に楽しめるサロンを企画しています。

初めましての方も、いつもいらしてくださる方も、子育てが一段落された方も、お気軽にお申込みください♡



「あそびの森」



7月 15(火)・25(金)

開放時間：9：00～11：00

毎月5の付く日は園庭と一部の保育室を開放しています。室内や園庭で親子で一緒に遊びませんか！

※土日祝日、園行事がある日は開放日が変更になります。

園のインスタや支援のチラシなどで日程をご確認ください。



【問合せ】 食と森のこども園美里
担当：菅原 TEL：0229-29-9761

『親子でキャンバスアート』

アトリエブリンクの長瀬 阿由未さんを講師に、自由なお絵描きを楽しむサロン！
今年は大人も一緒にキャンバスアートを楽しみましょう🎨
上手く描こうなんて思わないで自由に感じたまま色をのせて、素敵な絵を完成させましょう！

【日にち】 7月22日(火)
【時間】 10:00～11:00
【場所】 食と森のこども園美里 ホール
【講師】 長瀬 阿由未さん (Atelie BRINK)
【対象】 0～5歳児の親子
【参加費】 1,000円
【持ち物】 タオル・着替え
【申込期間】 ～前日まで

♡食森の Instagram をフォローして下さった方には親子写真もプレゼント！

※当日はアクリル絵の具を使って絵を描きます。アクリル絵の具は色が落ちませんので、汚れてもいい服装でお越しください。

食森ランチの日

食森自慢のお昼ごはんを一食300円で提供します♡
お店にランチを食べに行く感覚で気軽にご予約ください。
食事に関する質問、献立についても聞きたいことがある方は専門の栄養士が丁寧に答えします。
ぜひ、お子さまと、お友だちと、ご家族と、もちろん一人でも！**限定6食です！**

【日にち】 7月16日(水)
【時間】 11:30～
【ランチ代】 一食 300円
【申込期間】 ～7/11(金)まで
【限定】 6食



れこちゃんと草花で遊ぼう！

園庭を探索しながら、植物を使った草花アートを楽しんだり、園庭のミントでミントソーダーを作ったり、園庭スペシャリストれこちゃんと一緒に楽しいひとときを過ごしましょう！

【日にち】 7月1日(火)
【時間】 10:00～11:00
【場所】 食と森のこども園美里
【参加費】 300円
【申込期間】 ～前日まで



『女性のためのヨガ』

ユウカリ助産院の清野先生をお迎えしてのヨガ教室。
骨盤と女性ホルモンには密接な関係があります。
ヨガで自分の身体と向き合い、いつも頑張っている自分を労わってあげましょう💡
ベビーちゃんと一緒に参加もOKです👶
動きやすい服装でお越しください。

【日にち】 7月9日(水)
【時間】 10:00～11:30
【参加費】 500円
【持ち物】 ヨガマットまたはバスタオル
汗拭きタオル、飲み物
【申込期間】 ～前日まで



離乳食を作ろう

食森の栄養士さんと一緒に作る離乳食教室！
時短の裏技や食べやすくするコツ、おいしさが増す方法もお教えします！
作った離乳食も一緒に食べましょう！

【日にち】 7月29日(火)
【時間】 10:00～11:30
【参加費】 500円
【持ち物】 エプロン・三角巾・食具
【申込期間】 ～7/25(金)まで

