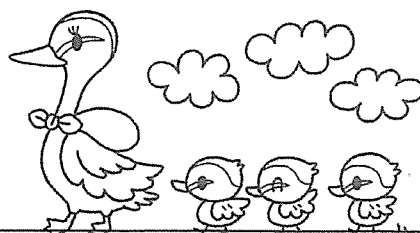


11月

かるがも だより



朝夕少し肌寒くなり、外の木々も色づいてきました、外で遊ぶにはいい陽気ですね、たくさん体を動かして元気に過ごしましょうね！今月は「ママの為の健康講座」を行いますので、日頃の運動不足解消をして、リフレッシュしましょう。

月	火	水	木	金
				1 小麦粉粘土
4 振替休日	5 かるがも	6 絵の具で お絵かき	7 かるがも クラブ (片浜北)	8 かるがも
11 かるがも	12 造形遊び	13 ママの為の 健康講座	14 かるがも クラブ (片浜北)	15 かるがも
18 かるがも	19 紙やぶき	20 絵本 読み聞かせ	21 かるがも クラブ (片浜北)	22 誕生日会
25 かるがも	26 シール遊び	27 かるがも	28 かるがも クラブ (門池)	29 かるがも

- ・6日（水）は絵の具でお絵かきを行いますので、汚れてもよい服装でお越しください。
- ・13日（水）は講師の是永幸恵先生をお迎えして、「ママの為の健康講座」を行います。姿勢改善、肩こり、腰痛ケアを行う予定です。少しの時間ですが、ストレス解消しましょう！ 持ち物：飲み物

