

# 10月のおたより



伊江村子育て支援センター No. 6

10月に入り、秋らしく・・・?と思いきや、日中は日差しが強く暑い日が続きますね。10月は室内もハロウィン仕様に。ハロウィンのおひるねアート、製作物も準備していますので、ぜひ遊びに来てください^^]

日	月	火	水	木	金	土
★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	1	2 伊江小・幼運動会
3 西小・幼運動会	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 骨盤ケア	14	15	16
17	18	19	20 骨盤ケア	21	22	23
24 ハロウィン31	25	26	27 ハロウィン製作	28 離乳食教室	29 →	30

※29日午後は職員研修のため閉所します。

## お知らせとお願い

県内の新型コロナウイルス感染拡大に伴い、1か月間の閉所期間となりましたが、支援センターでは今まで以上に感染症対策を徹底したうえで活動を再開していきます。皆様にご安心にご利用いただくため、以下の制限を設けさせていただきます。

- ・施設利用の人数制限（午前/午後：各親子3組）
- ・村内在住者
- ・2週間以内に村外へ渡航歴なし
- ・同居家族を含め、発熱等の風邪症状がない

ご利用する皆様に安心、安全な場所を提供できるように努めてまいりますので、ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

※施設ご利用の際は、事前にお電話にてご予約をお願いします。（49-3070）  
※村内の感染状況によっては、急遽閉所となる場合もあります。  
その際は伊江村公式HPにて周知いたしますので、ご了承ください。

## 骨盤ケア 13、20日（水）10：00～11：30 先着3組（要予約）



産後に気になる骨盤のゆがみや、尿漏れ、腰痛。ケアしに行きたいけど時間もお金もかかる…産後の体のケアは、産婦検診で問題がなければ早めに始めるに越したことはありません!! 自宅でできるセルフケア、トレーニングをお伝えします! 講師：上間佳奈(理学療法士 元女子ソフトボールトレーナー)

### ☆内容☆

- ①姿勢確認
- ②ストレッチ、ストレッチポールなどを使って体をリセット
- ③エクササイズ（体幹、骨盤周囲）



## ハロウィン製作 27、28日（終日）29日（午前中）先着3組 要予約



今月の製作は、『仮装メガネとお菓子入れ』です!

## おひるねアート ★毎日開催★



ハロウィンバージョンのおひるねアート。普段の服でも可愛いですが、仮装衣装があればなお可愛く撮れること間違いなし! 衣装の持ち込みもOKです!!

我が子の可愛い写真を撮りに行こう!!

