

郡山 じどうセンター だより 1月

〒891-1105
鹿児島市郡山町39-4
TEL・FAX 298-3144

開館時間 8:30 ~ 18:00

ランチルームの開室は【昼食 11:30~13:00】
【おやつ 15:00~15:30】

1月6日(土) お正月あそび “七草粥”



楽しいお正月遊び&七草粥を味わい、無病息災を願いましょ。申込〆切 先着25名 [予約スタート12/13(水)]

1年の無病息災を祈る縁起物。ご家庭では、水菜、白菜などで、お子様が食べやすいようにして我が家の七草粥を!

1月15日(月) 大根を引こう

親子で大根引きに挑戦 収穫を楽しみましょう。新鮮、おいしい大根をゲット!

1月10日(水) かがみ開き ・ぜんざい会

たこあげで遊んで、ぜんざいです。先着25名 12/13~

1月17日(水) ファミリーフィットネス 10:00~

寒さで縮む筋肉を伸ばして 楽しくシェイプアップ!

1月22日(月) お誕生会

1月生まれのお友達をお祝いしましょう。 [予約スタート1/4(木)]

かぜ予防 うがい・手洗い・マスク!



あけまして
おめでとう
ございます。



今年も、充実の一年でありますように
どうぞよろしくお願い申し上げます。

リユース・バザー会

2~3月に予定しています。(入学、進級の準備の時期になり、制服・体操服など希望があります。4月にいらなくなる方はご協力ください。希望カードと提供カードを用意いたします。

1月の活動予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 自由来館 仕事始め	5 自由来館	6 お正月遊び 七草粥
7	8 成人の日	9 自由来館 晴れたらマーケット	10 かがみ開き ぜんざい会	11 スタジオ こおりやま	12 自由来館	13 学童映画鑑賞会 避難訓練
14	15 大根を 引こう	16 自由来館 2月おたより発行	17 ファミリー フィットネス	18 スタジオ こおりやま	19 自由来館	20 自由来館
21	22 お誕生会	23 自由来館 身体測定	24 拠点講座	25 子育てサロン	26 スタジオ こおりやま	27 毛糸で遊ぼう 学童
28	29 おはなし いっぱい	30 自由来館	31 豆まき会	活動は、10:20 スタート ファミリーフィット・サロン・講座は 10:00~11:00 です。		

1月24日(水) 10:00~

「講座」「冬の健康」

講師 管理栄養士
前回「おなかの健康」が大好評。「家族の健康」は冬について管理栄養士さんのおはなしです。

ノロウイルス 冬に多い食中毒

- 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1~2日続く。
- 乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息に注意 ●アルコールなど一般的な消毒は効かない。

家庭用塩素系漂白剤(ハイター)を薄めて使用。作り方は掲示板 ※酸性と混ぜない、金属は水拭き

1月25日(木) 10:00~

子育てサロン (親子ふれあい遊び)

市立花尾保育所から遊びが届きます。お楽しみに♡

1月29日(月)

おはなしいっぱい

鬼さんが出てくる? どんなおはなしでしょう。ママと一緒に大丈夫♡

社会福祉法人
鹿児島市社会事業協会
HPへどうぞ




センター食育情報

玉ねぎの葉が伸びています。これからは日当たりが悪いのですが100本並んで、生長が楽しみです。今年も大根は、豊作です。大根引きはなかなかできない経験です。力いっぱい親子でがんばりましょう。

1月11・18日(木)

スタジオこおりやま

1月は 宇宙服
かわいく変身、ハイポーズ
1日定員15組 9:30~11:30





1月31日(水)

豆まきクッキング

“豆まき”のあと、かんたん恵方巻きを作りましょう。
エプロン、キャップ、マスク
申込〆切 先着25名
[予約スタート1/18(木)]
恵方巻き
太巻きは、福を巻き込む&金棒。それを食べて鬼(厄)を退治。福が逃げないよう話さず丸ごと食べて、鬼退治終了。
かんたん恵方巻きで幸ゲット!