

☆うきうき☆わくわく☆

子育て 支援だより

令和5年9月1日発行

社会福祉法人 昭島愛育会 まつなかほいくえん 松中保育園

行事のお誘い

***園庭開放** 無料です。

二月～金曜日 AM10:00～11:00＝
保育園の遊具で遊びませんか？広い庭
で同じ年齢の子どもたちと一緒に遊んだ
り親子で過ごせます。
希望する方は、「松中保育園」の玄関より
インターホンを押してください。
または、電話でお問い合わせください。

*今後の保育園行事のご案内

10月31日(火)ハロウィン

かわいい衣装をしてきてください。
お菓子のやり取りを楽しみましょう。

11月9日(木)ふれあい動物園

ひよこやモルモット等の小動物や、
ポニーが園庭にやってきます！
触れ合ったり、餌をあげたりする体験
ができます。

12月26日(火)子ども音楽会

子どもたちになじみのあるいろいろ
な音楽を皆で楽しみます。

9月になりました。学校は新学期が始まりましたが、家事や育児はエンドレス。。。
ストレスにならないために、息抜きが効果的だそうです。

1. プチ贅沢をする
2. 一人の時間を(15分くらい)作る
3. 好きな音楽を聴く
4. 運動をする など、

少しだけでも自分だけの時間を作ることが
リフレッシュになり、子どもも、パパやママ
もポジティブな気持ちになります。

保育所体験のおすすめ

まだまだ暑いこの時期、保育園のお部屋で親子
一緒に過ごしませんか？

お子さんと同じ年齢クラスで園生活を体験できます。
入園を勧めるためのものではなく、家庭での
過ごし方のヒントになれば。。。という催しです。

参加費は無料。

時間は10:00～11:15の1時間程度

体験内容は、園の予定に沿って決まっております。

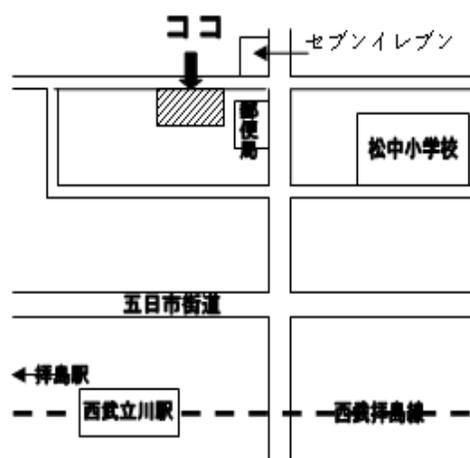
興味がありましたら、お電話をください。

一緒に日程を決めましょう。おまちしています！



暑い日がまだまだ続きます。特に子育て
中のパパやママは、子どもと一緒に遊んで
汗だくですね。

寒暖差はありますが、10月になっても
例年 日中はまだまだあつい日が続きます。
適度に水分補給など、熱中症対策をして
過ごしましょう。1回にコップ1杯(マグ
カップ半分くらい)を6～8回に分けて
飲むと、一日1.5mlくらいの水を飲めると
言われています。参考にしてください。



《松中保育園》TEL042-531-9438

〒190-0033 立川市一番町5-8-25

HP: <http://www.matsunakahoikuen.jp/>



ホームページもご覧ください