

2024.10.31 第 264号

小千谷市城内 4-I-38

TEL(0258)81-7564 FAX(0258)82-8964



木々の葉っぱも色づき、秋の深まりを感じる季節となりました。この時期は体調を崩しやす くなります。栄養バランスのとれた食事をとり、昼間は身体を動かしてあそび、規則正しい生 活を心がけましょう。また、たっぷり睡眠をとることで、免疫力も高まります。わんパークで もたくさん身体を動かして遊びましょうね。お待ちしています。

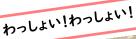






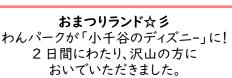


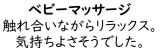




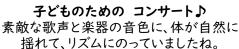


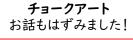














## 【おぢやつつみ Smile&Family】

お時間券のご利用ありがとうございます♡



わんパークの一時預か りは、専用サイトから24 時間申し込むことがで きます。お買い物やリフ レッシュなど、理由を問 こちらから わずご利用できます。





お誕生日おめでとう! すくすく おおきくな~れ。

## 今月の親子ふれあいあそび 【どんぐり ころころ】

# わんパークの LINE は小千谷市公式 LINE を登録し、受信設定でわんパークからのお知らせを選択すると、配信されます。



月	火	水	木	金	土	日
				I	2	3
平日以外【土曜日、日曜日、祝日】はシルバー人材センターのスタッフが勤務しています						文化の日
4	5	6	7	8	9	10
振替休日	健診日		健診日			
	PM 休館		PM 休館			
11	12	13	14	15	16	17
健診日	にっこり	. 0	誕生会			
PM 休館	カレンダー		10 時45分~	ND I		
にっこりカレンダー:事前申込みが必要です 申し込み不要。お待ちしています						
18	19	20	21	22	23	24
栄養士さんの もぐもぐ	にっこり カレンダー		子育てサロン 10:00~11:30	肩こり解消 ヨガエクササイズ	勤労感謝の日	
食事相談		事前申込みが必要です				
25	26	27	28	29	30	
事前申込みが	にっこり		親子 DE 🚤			
必要です					しています	
			PM 休館			

#### 駐車場のお願い

子どもたちは目的の場所に着き、嬉しくなると、急に走り出すこともあります。 来館の際には、事故のないように駐車場でもお子さんから目を離さないように してくださいね。帰る際も手をつないだり、抱いたりして気を付けましょう。

#### にっこり カレンダー 11月12日(火)19日(火)26日(火)10:00~11:00

写真やシールを貼って、来年のカレンダーを一緒に作りましょう。

■定員/各日先着 15 名

### 栄養士さんのもぐもぐ食事相談 11月18日(月) 10:00~11:35

お子さんの食事や離乳食、食べやすい工夫のヒントなど個別に相談をお受けします。

■定員/4名 ■相談無料

#### 肩こり解消 ヨガエクササイズ 11月22日(金) 10:00~11:15

体を動かして、たまった疲れや、こり、こわばりもスッキリ! 動きやすい服装でおいでください。

- ■定員/15人 ■参加無料 ■持ち物/水分補給のお茶、タオル
- ■保育ルーム/定員8人・子供一人につき300円

わくわくクリスマス みんなで一緒にクリスマスパーティーを楽しみましょう。

12月5日(木) リズム DE わくわく クリスマス 12月6日(金) 作ってわくわく クリスマス

両日 10:15~11:00

- ■定員/両日ともに先着25組(どちらか1日)
- ■参加無料







誕生会の日限定フォトスポット! 【つきフォト】があります

今月のテーマは 「秋のどんぐり」です。 デザインは毎月変わります。 成長の記録を可愛らしく 残しましょう♪

申し込み お待ちしています。 TEL81-7564(わんパーク)