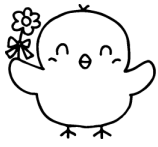


(7号) 令和元年・10・1



# 萩原北児童館 ひよっこだより 10月



NPO 法人サン・はぎわら 萩原北児童館  
萩原町野上768 (TEL: 54-1176)  
＜開館日・子育て相談日＞  
月～金曜日/第1・第3土曜日  
9:30～12:00 13:00～17:00  
<http://www.sun-hagiwara.jp/jidoukan/>

9月19日は「ママの勉強会」。ヘルスメイトさんの指導でお彼岸のお供えもの「おはぎ」づくりをしました。きなこ・あぶらえ・あんこのおはぎが立派に出来上がり、みんなでおいしくいただきました。近年は家庭でつくることが少なくなってきていますが、昔から伝わる伝統料理の一つとして、その由来や作り方を継承して行ってほしいと思います。今度はお家でお母さんに作ってもらってネ!



## ◎「ヨガ」&「親子ヨガ」

日 時：10月8日(火)10時～11時  
場 所：北児童館ホール  
講 師：内木ゆう子さん  
持ち物：飲み物・バスタオル  
※動きやすい服装でおいでください

## ◎森のようちえん 『森のなりわい講座』

日 時：10/18(金)10時～  
(9時30分までに北児童館へ集合)  
場 所：野上 高原の森  
講 師：伊藤栄一さん(森のなりわい研究所)  
内 容：秋の生物さがし、ハンモック遊び  
森の迷路遊び

### 森に入る時の服装

- ・長袖&長ズボン(白系)・帽子
- ・首にタオルを巻く・長靴

※雨天の場合は、児童館ホールで森について学びます



## ●「秋の食材」を楽しもう

秋にはいろいろな食材がたくさんとれます。ヘルスメイトさんの指導で、おいしい料理の作り方を学びましょう。もちろん、減塩には気を付けて!

日 時：10月29日(火)10時～  
場 所：野上公民館  
講 師：ヘルスメイトさん  
持ち物：エプロン・マスク・三角巾  
参加費：100円



## お知らせ

★今月の土曜開館日：9時30分～17時  
◇10月 5日(土)  
◇10月19日(土)  
★きたこども園園庭開放 10時～  
◇10月4日(金)