



い나다より9月号

暑さも、一段落。。。といったところでしょうか？
 グーンと空気が涼しくなり、活動し易くなりますね。
 お外遊びが楽しくなるこの季節☆
 丈夫な身体づくりをしていきましょう！！

生活リズムと子どもの発達

大人になると、基本的に生活リズムは変わりません。仕事やレジャーに行く事はありますが、一時的なものです。子どもの場合は「発達」していくので、生活リズムが変わっていきます。睡眠サイクル(睡眠の時間・回数・タイミングなど)授乳リズム、離乳食、遊び、排泄、着替えなどの基本的生活の要素が、どんどん変わっていきます。生後数か月たち、午前中の「遊び」が生活リズムを整える上で、大事になります。充分遊べていないと、その後の授乳や食事や睡眠がうまくいかない事にも繋がる事があります。発達による「グスグス」も出てきます。赤ちゃんとの生活につまづきを感じてきたら、「あそび」「ねる」「たべる」の3つの要素の順番や時間や内容を見直してみると良いですし、子育て支援者など相談しやすい人と一緒に考えて試してみると良いでしょう。

15日(木) 10:00~11:10の

歯っぴい講座は、8組予約で行います。

個別相談もできます。是非、お申込みくださいね☆

※午前：予約制 午後：通常開催です♪

9月の予定



日	月	火	水	木	金	土
				1 ぴよぴよ 胎教絵本講座	2 大正	3
4	5 休み 手作りの日	6 川西	7 キラキラ (予約制)	8 あかちゃん 第2子以降可 身体を整える ヨガ講座 (誕生会)	9 大正	10 あそび
11	12 あそび	13 川西	14 あそび (英語あそび)	15 ぴよぴよ 歯っぴい講座 午前 予約制	16 大正	17
18	19 休み (敬老の日)	20 川西	21 あそび	22 あかちゃん 第2子以降可	23 休み 春分の日	24
25	26 あそび	27 川西 (誕生会)	28 あそび (誕生会)	29 ぴよぴよ	30 大正 (誕生会)	

※毎週木曜日のぴよぴよ・あかちゃん広場は、マタニティの方にも、ご利用頂けます。

※1日(木)の胎教絵本講座は、マタニティの方向けの講座です。

周りにマタニティさんがいらっしゃいましたら、PRのご協力をお願い致します。

※8日(木)の身体を整えるヨガ講座は、10:00~10:45に行います。(自由参加)

ご希望の方は、バスタオル、水分をご持参下さい。