



♡「光りのひろば」にあつまれ♡会員募集中

光明第七こども園の『光りのひろば』では、未就園のお子様を対象に、ワクワク★ドキドキするような楽しい催し物を毎月開催しています。ファミリーレストランではゆっくりすることもできない。そんなパパ・ママ達！お子様を遊ばせながら、ちょっと一息お茶を飲みに遊びにきませんか？♡

子育て中のパパ・ママ、すくすく育つお子様の成長を、一緒に悩んだり、喜んだりしながら、楽しめるようサポートさせていただきまします。いつでもお気軽にお越しくださいね。

★お問合せ受付時間 午前10時～午後4時までとさせていただきます。



★子育てプチ情報★

食欲の秋



食欲の秋がやってきました！
今回は秋の食材を使ったこども園で人気のレシピをご紹介します！



夕焼けご飯



《4人分》

材料…米 2合 人参 1/3本
しめじ 1株 薄口醤油 大さじ2
酒 小さじ2 塩 少々



《作り方》

- ① 米は洗って30分くらい水につけておく。
- ② 人参はすりおろす。(みじん切りでもよい)
- ③ ①②と、しめじ、調味料を入れて炊く。
- ④ できあがり

※ 炊きあがりのご飯に、焼き鮭を1切れほぐして入れても美味しいですよ！

秋の食材を取り入れて、お子様と一緒においしく食べてください！



10月の予定

- 7日(土) 光りの子どもの運動会
- 19日(木) リトミック
- 20日(金) 体操教室
- 26日(木) フチハロウィンパーティー

光りの子どもの運動会

体育の秋がやってきました。お子様と一緒に体を動かして気持ち良い時間を過ごしましょう！

当日は動きやすい服装でご参加ください。また、暑さが予想されますので、帽子や飲み物など、暑さ対策もお願い致します。

- 10月7日(土) 午前10時00分～
- 雨天時 10月8日(日) 午前10時00分～
- 要予約 9月28日(木) 午前10時00分まで



『リトミック』

1・2歳のお子様を対象に、講師が楽しくリズム遊びや音楽遊びを毎月行っています♪園児と一緒に参加します。

予約時にご希望のクラスをお伝えください。

- 10月19日(木) 午前10時00分～ 1歳児
午前10時30分～ 2歳児
- 要予約 10月12日(木) 10時00分まで



体操教室

スポーツクラブの講師がマットやボール等を使って楽しく運動遊びを行っています。小さな赤ちゃんもパパやママと一緒に親子でスキンシップをとりながら親子エクササイズを楽しみましょう！家庭ではできない運動が体験でき、毎回とても楽しく行っています。

- 10月20日(金) 午前10時20分～10時40分
- 要予約 10月13日(金) 10時00分まで

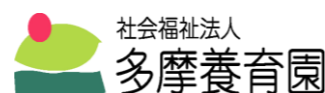


フチハロウィンパーティー



仮装グッズを作ったり、ミニゲームや写真アートで楽しいハロウィンパーティーを行います！ぜひ遊びに来てください。

- 10月26日(木) 午前10時00分～
- 要予約 10月19日(金) 午前10時00分まで



光明第七こども園
子育て支援
光りのひろば



☎192-0005
八王子市宮下町 354
TEL 042-691-1847
FAX 042-692-4070

光明第七こども園ホームページ
<https://www.koumyou7.net>
担当 所谷・野口・渡邊