



明照子育て支援センター

なむなむ

# hamu<sup>2</sup>通信

11月号

お母さん 1人で悩まないで  
一緒に子育てしましょう！

H30.10.31(水)発行  
社会福祉法人光塵会  
明照子育て支援センター  
文責:岡山・佐藤



## 11月予定表

1日(木)りんご狩り  
9:50集合  
10:00出發



6日(火)  
7日(水)七中生ふれあい体験  
10:00~(中学3年生)



保健センターにて  
子どもと触れ合う体験を通して  
生命の尊さ、子育ての喜び、親としての役割を考えることを目的に  
行われます。

12日(月)「salon blank」オーナーが教える  
誰にでも出来る前髪cut講座  
講師 山口達也氏

13日(火)七五三誕生会  
10:00 「七五三祈願」  
10:30 誕生会  
11:00 会食



メニュー スープスパゲティー パターロール  
鶏肉カレー揚げ お花人参 フルーツ  
ブロッコリータルタルソースかけ  
※(限定7組)

22日(木) クッキング  
「スムージー＆コールドプレス  
ジュース作り」  
※(限定8組)

行事には申し込みが必要です。  
☎ 62-3223 岡山、佐藤まで

### Salon blankオーナーが教える 誰にでも出来る前髪CUT講座

子どもの前髪が伸びるたびに美容室に連れていくのはちょっと大変。せめて前髪だけは自宅でカットしたいという方、多いのではないですか？

今回はそんな悩みを解消すべく、salon blankオーナーから毛髪理論や、誰にでも出来る前髪cutの仕方を伝授して頂きます！

### 七五三祈願

七五三とは…幼児期の成長期における儀礼のひとつ。一般的に男児は3歳と5歳、女児は3歳と7歳で行うと言われています。明照保育園では、青岩寺ご住職が本堂に於いて「健康祈願」をおこないます。（今年度のみ仮園舎にて行います）衣や袴を身につけて本格的に行いますので、年齢に関わらず保育園児と一緒に子どもの成長をお祝いしましょう。



### 人参収穫祭！スムージー＆ コールドプレスジュース作り

明照菜園で育てている人参の収穫時期が近づいてきました。そこで皆さんと人参を収穫し、様々なお野菜と組み合わせて効能別や自分好みのスムージーと、コールドプレスジュースを作ってみませんか。スムージーとコールドプレスジュースの飲み比べを楽しみデトックスの日にしてしまましょう！

#### 絵本ライブ

#### ピザ作り



明照保育園

#### ハーブ講座



明照保育園&  
支援センター  
ホームページ  
QRコード↓

