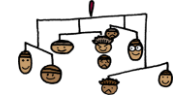


11月



日	月	火	水	木	金	土
 ○子どもたちの遊びの場！ ○ママたちの交流の場！ 楽しい時間を過ごしましょう！ 						1
2	3	4	5	6	7	8
				山宮 サロンなごみごきげんキッズ 10:00～11:30 根南 根ねっ子サロン 10:00～12:00	芝川 芝川すくすくクラブ 10:00～12:00	
9	10	11	12	13	14	15
	大宮東 子育てサロン黒田 10:00～11:30	大宮土 まんのつばらひよこクラブ 10:00～11:00	大宮東 子育てサロンがくろくどう 10:00～11:30	柚野 すくすくサロンゆずっ子 10:00～11:30	大宮土 ふれあいサロンどんぐり 9:30～11:30	芝川すくすくクラブは、 14日は、会場の都合によりお休みです。
16	17	18	19	20	21	22
	上野 上野っ子すくすくサロン 10:00～11:30 大宮東 高原ちびっこサロン 10:00～11:30	根北 子育てママのふれあいサロン 10:00～11:30 大宮西 子育てサロン白尾 9:30～11:30 富丘 子育てサロン「いーばしょ」 9:45～11:30	根南 子育てサロンおっきい和 10:00～11:30 大宮東 子育てサロンハッピーバースディ 10:00～11:30	大宮 子育てサロン城山 10:00～11:00 根南 根ねっ子サロン 10:00～12:00	芝川 芝川すくすくクラブ 10:00～12:00 北山 子育てサロンきたやま 10:00～11:30	
23	24	25	26	27	28	29
振替休日と重なるため変更がありますので、ご確認の上お出かけください。			大宮東 子育てサロンたなかっこ 10:00～11:30	富丘 ぽっかぽかサロンよどしっ子 10:00～11:30 柚野 すくすくサロンゆずっ子 10:00～11:30 上井出 子育てサロンかみいで 10:00～11:45	芝川 芝川すくすくクラブ 10:00～12:00	

元気に過ごそう

温暖化が進んだ今、11月が秋の本番かもしれませんね！！
 感染症が流行する前にワクチン接種などもお勧めですが、まずは家庭で出来ることからお勧めします。(＊_＊)

- 外出後の手洗い
- バランスのとれた食事
- 適度な湿度(40%以上)
- 十分な睡眠時間と余暇活動でのリフレッシュ(サロンも利用してね)

できそうなことから、無理の無いようにやってみましょう！！

