



(保健指導&食育のついで)

早寝・早起き・朝ごはんについて知る



毎日元気で過ごすためには「早寝」「早起き」「朝ごはん」が大切だよ!



おにぎりやパンに、卵焼きやヨーグルトをプラスして食べるといいよ。野菜が入ったみそ汁をプラスするともっとよくなるよ!



1/19(月)から、今年度3回目のみとやっこ元気チャレンジウィークが始まります。前回に引き続き「睡眠」「メディア」「運動」「絵本」の4項目で行います。家族みんなで取り組んで、元気なウィークにしましょう♪

うどん作りをしました

今日は宮川先生に教えてもらい、うどん作りをしてみました!!「うどんはしろいけどなんか、うすきいろだね」「とってもかたいね」などと気がきがたくさんありました。自分達がうどんを作るといふ特別感が嬉しくてたまらない様子でした。



自分たちで切ったよ。力があるね~



おいしい!!汁がおいしい。ちよっとかたいね!!



3月の一般開放日はありませんが、希望があれば0854-45-2651までお問合せくださいね!お待ちしております。