



ちびっこサロンわらぼ 10月号

2026年 10月



〒410-2514 伊豆市原保 190-10 ☎ 0558-83-0116

開所日時：月曜日～金曜日 9：30～14：30

秋はさつまいもや栗、かぼちゃ、きのこなど、おいしい食べ物がたくさん実る季節です。なぜ「食欲の秋」と呼ばれるのでしょうか？秋は夏の暑さが和らぎ、食欲が戻りやすくなることや、旬の食材が豊富なことなどが理由の一つと言われています。秋の味覚を楽しみながら、元気に過ごしたいですね。今月も皆さんと一緒に過ごす時間を楽しみにお待ちしております。



●身体ケアピラティス

日時：10/16(金) 10:45～11:15

持ち物：水分、タオル、動きやすい服装
ヨガマット（持っている方）

身体を動かして姿勢を整え、心も身体もリフレッシュしませんか？

●食育教室

日時：10/29(木) 10:45～

場所：ランチルーム

山田栄養士の食育教室です。
防災食を予定しています。皆さんのご参加お待ちしております。

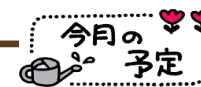
🌸 9月のちびサロ 🌸

8・9月生まれ誕生会＆
音楽会→
みんなでお祝いしました。
にぎやかで楽しかったね！



←木育広場
めずらしいおもちゃが
たくさんありました。
大人も夢中になる
おもちゃもありました。

今月の製作 《ハロウィンバック》



16日(金) 身体ケアピラティス 10:45～
21日(水) 出前お話し会 11:00～
23日(金) あい先生の音楽会 11:00～
26日(月) ひろみちお兄さん 直伝 親子体操
2歳未満 10:30～
2歳以上 11:00～
29日(木) 食育教室 10:45～

10月

月	火	水	木	金
			1	2
5	6	7	8	9
12 スポーツの日	13	14	15	16 ピラティス
19	20	21 出前お話し会	22	23 音楽会
26 親子体操	27	28	29 食育教室	30

予定につき変更することがあります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

11月

月	火	水	木	金
2	3 文化の日	4	5	6
9 パステルアート	10 親子体操	11	12	13
16	17	18 出前お話し会	19	20
23 勤労感謝の日	24	25	26	27 誕生会＆音楽会
30				



汗をかいたり汚れたりすることがあるので、来所の際は
着替えの準備があると安心です。水分補給も忘れずに！