



すくすくだより 1月の地域活動



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび	にちようび
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14 大型絵本 保育者による読み聞かせです。お子様と一緒にご覧ください！ 10:30~11:00 1月4日予約開始	15 	16	17
18	19	20 赤ちゃんの健康について 赤ちゃんの健康についてお話しします。不安な事などありましたらお聞きください。 10:00~10:30 1月4日予約開始	21	22	23	24
25	26 ふれあい遊び おうたに合わせてお子様と一緒にふれあい遊びをしませんか？ 10:30~11:00 1月4日予約開始	27 	28	29 	30	31

ご利用のご案内

〈対象〉
保育園・幼稚園に通っていないお子様
〈予約について〉
予約の受付は土・日祝日を除く平日
10:00~16:00となっています。
定員はありません。沢山のご参加お待ちしております。
〈参加費〉
無料です。
※コロナウィルス対策により、全てZOOMで行います。IDをご一緒に送らせていただきますので、是非ご参加ください。

お問い合わせ

光明第八保育園
住所：八王子市上柚木3-13-2
TEL：042-675-4811
<http://www.koumyou8.net>
担当 臼倉・小野

☆光明第八保育園では一斉送信システムを通して保育園行事の案内、保育所体験やすくすく広場のお知らせ等を配信しています。近隣の未就園児の方にも是非ご紹介ください。尚、登録は事務所までお声掛けください。たくさんの登録お待ちしております！！



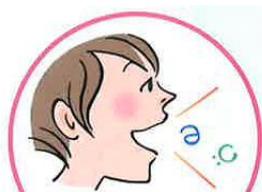
子育て情報！



かむといいこと、その理由

しっかり噛むための目標
はひと口で30回です

～食べるためだけに噛むではありません～
噛む回数が増えると唾液が増えたり、あごの筋肉が発達したり、血流がよくなるなどの良いことばかり。これが口の健康だけではなく、体全体に関わってきます。



ことばが明瞭に

顎の筋肉が鍛えられて、発音がきれいになります。



肥満を予防

よく噛んでゆっくり食べると、脳が満腹を感じて、食べすぎを防ぎます。



味覚が発達

味わって食べることが味覚の発達につながります。



歯の病気を予防

噛むと唾液がよく出ます。虫歯や歯周病の原因になる細菌を洗い流したり、歯を溶かす酸に対抗する力があります。



胃腸の働きをよくする

よくかみ碎いて唾液とあわせると消化が良くなります。



脳が活発に

脳への血流が増えるので脳の働きが活発になります。

かむと 6つの
いいこと