



# 9月 子育てサロン

～子どもが元気になる生活リズム～



9月の子育てサロンは、天童市健康センター保健師の小林さんと発達支援専門員の高橋さんより、睡眠・食事・メディアとのかかわり方を中心にした生活リズムについて、リズムを整える大切さやポイントについてお話頂きました。お家でできるふれ合い遊びも教えて頂きました。

♪きゅうりができた♪は大きくなってからも  
やって～と言う子もいますよ～！病院でぐず  
った時などにもおすすめです。赤ちゃんの  
笑いのスイッチを入れてあげて！

