

2025年度

9月の予定



まだまだ暑い日が続きます。大人だけでなく子どもこまめに水分補給をしましょう！

【年齢別 体重1kg 当たりの水分摂取量】は下記の通りに言われています。あくまでも目安なので気温や体調によって変えながら水分補給できるとよりいいですね。上北沢こぐま保育園の子ども達も0歳児からこまめに水分補給する事を意識しています。

ひろばでも水分補給を忘れずをお願いします。

年齢別 体重1kg 当たりの水分摂取量

(食べもの文化 2023年7月号より抜粋)

乳幼児 100～130ml/kg/日

児童・生徒 60～100ml/kg/日

成人 30～40ml/kg/日

高齢者 25～30ml/kg/日



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		ひろば ☆	ひろば		ひろば □ (ファミサポデー)	
7	8	9	10	11	12	13
		ひろば	ひろば 健康相談		ひろば コーディネーター	
14	15	16	17	18	19	20
	敬老 の日	ひろば ♡	ひろば		ひろば 離乳食相談・こぐま食堂	
21	22	23	24	25	26	27
		秋分の日	ひろば ☆		ひろば ◇	
28	29	30	【イベント】◇...園庭開放、□...出張ひろば ☆...季節の飾りづくり、♡...絵本の読み聞かせ			
		ひろば ♡				

<ぐみの木ひろば公式LINE>ははじめました！
ぜひご登録ください！

ぐみの木ひろばについて

開所日：火、水、金の週3日

(園内の行事などにより、閉所する場合がございます。
イベントカレンダーをご確認ください。)

開所時間：10時～15時 ※最終受付：14時半

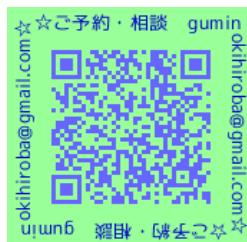
消毒時間：上記の時間の内12時半～13時、
14時半～15時は随時消毒を行っていきますので、
使用できるおもちゃや場所に限りがございます。

***ご利用は未就学児に限ります。**

また、日々のお悩み等ありましたら引き続きメール
またはお手紙での相談をお受けしています。

お気軽にご利用下さい。

ご予約・相談 ☎ guminokihiroba@gmail.com



子育ての悩み、成長の悩み、食事の悩み…
メールでお寄せ下さい。保育士・看護師・
給食職員がお応え致します。



9月のイベント内容

9/5 (金)

10:00~10:45

【出張ひろば】 ファミサポデー
in 上北沢ふれあいの家)

内容：ファミサポの説明や利用方法を、担当者が来て
教えてくれます。質問なども聞くこともできま
す。予約不要です。上記時間にお越しください。
持ち物：お茶または水。

9/12 (金)

10:00~12:00頃

【子育て支援コーディネーターさん】

コーディネーターさんがいらしてくださいます。日頃
の悩みなどありましたら、ぜひお気軽にご相談くだ
さい。※参加費・予約ともに不要です。

9/10 (水)

【身体測定・健康相談】

発達のことや生活習慣のこと等、健康についてご相談く
ださい。看護師、保育士がお答えします。※参加費、予
約ともに不要です。当日いる職員へお声掛け下さい。

9/19 (金)

16:30~17:30

【こぐま食堂】

9月は『ツナチャーハン』を配布いたします。

持ち物：エコバック

内容：現在様々なものの物価が高騰し、日々の生活を
圧迫しています。お困りの方へ無料で食事をお配りし
ます。

場所：上北沢こぐま保育園バギー置き場（こぐま食堂
の旗が目印）

9/16 (火)・9/30 (火)

①11時~ ②13時半~

【親子の絵本読み】

絵本の読み聞かせを行います。



9/2 (火)・9/24 (水)

【季節の飾りづくり】



今月は、とんぼの飾りを作ることができます。
また来月のカレンダーに手形や足形スタンプを付け
ることもできます。※参加費、予約ともに不要です。
当日いる職員へお声掛け下さい。

9/19 (金)

【離乳食相談】

※要予約

離乳のことなど食事のことで分からないことやお悩
みなどありましたら、お伝え下さい。園の給食の職
員や保育士が疑問や悩みにお答えします。2日前1
5時までにHPの予約フォームからご予約をお願い致
します。備考欄には、お子様の月齢、現在の食事段
階、悩みや知りたいこと等を記載してください。

9/26 (金)

10:00~11:30

【園庭開放】

※園庭開放を利用される方は、園の中には入らず、
バギー置き場へ10時にお集まりください。
※在園児の子も一緒に遊びます。お子さんから目を
離さないようお願い致します。

持ち物、服装：動きやすい服・汚れてもいい服（時
期によっては上着）、運動靴、帽子、タオル、お茶
または水。泥などで汚れることもありますので、着
替えもあると良いですね。

<法人Instagram> <上北沢こぐま保育園Instagram>

ぜひご覧ください！

ぐみの木ひろばの約束事

- ・園内での写真撮影ができませんのでご了承ください。
- ・テラスは屋外ですが土足禁止ゾーンとなっています。
上履きやスリッパ等があると過ごしやすいかと思います。
- ・手足洗いができる場所がありますので、タオル等お持ちください。
- ・風邪症状のある方、症状を抑える薬を服用されている方は利用をご遠慮下さい。
- ・38.0℃以上の熱がある方は、解熱後24時間はお控えください。
- ・ひろばは予約なしで利用できますが、イベントに参加される場合は予約が必要な場合があります
ので、ご注意ください。またイベントの予約をキャンセルされる場合は電話にてご一報下さい。
- ・おむつ交換台のあるトイレがあります。オムツやお尻拭き等は必要に応じてご用意下さい。
オムツは園内では捨てることができませんので、お持ち帰りください。

