

# あんよ

“あんよ”は歩き始める1歳のその一步一步を大切にしたい、そんなクラスです。お子さまはもちろん、ママたちにとっても日頃の育児の息抜きや相談ができる温かい場にしていきます。どうぞよろしくお願いいたします！  
“あんよ”は毎週火曜（第二）、木曜（相陽）の10時半～12時で開催しています。時間内ならいつ来て、いつ帰ってもオッケーです。  
参加ご希望の方は、メールにて各園に予約をしてください。（HPからも可）お車でお越しの方は予約の際にその旨をお伝えください。  
持ち物は普段のお出かけセットのみで大丈夫です。（室内は裸足 or くつ下）オムツ替えスペースはありますが、オムツはお持ち帰りをお願いします。  
朝来たら、事務室で参加費(500円)をお納めのうえ名札を受け取ってください。

## <スケジュール>

第二：10月13日（ハロウィン製作）  
相陽：10月22日（自然の森へ&英語であそぼう）

## <秋の自然を、足の裏で>

気づけば残暑も収まり、すっかり秋の気配を感じるようになりました。10月は外あそびが気持ち良い季節ですね。ぜひ、親子で秋の自然を満喫してください。その際、ぜひ“自分の足”で歩くことを大切に。特に、緑豊かな公園や山道は、あんよちゃんたちの足腰を育てるのにぴったり！舗装された道ばかりを歩いていると、育たない足首の柔軟性や、内腿の筋肉が刺激されるからです。

また、落ち葉を踏んだり、どんぐりを探してかがむことも良い経験です。

丈夫な体は、何にも変えられない宝物。ぜひこの季節を逃すことなく活かしましょう！

### 誠心第二幼稚園

相模原市南区相模台 6-30-12

[seishin.2@jcom.home.ne.jp](mailto:seishin.2@jcom.home.ne.jp)

### 誠心相陽幼稚園

相模原市南区磯部 1648

[seishin.soyo@gmail.com](mailto:seishin.soyo@gmail.com)

## <今月のコラム>

～ママ、1日何語喋ってますか?!～  
ここでは、子育てに役に立てば良いなというプチ情報をお届けします。どうか参考程度にお読み頂ければ幸いです♪

さて、コラムを読んでくださっているお母様方。ずばり「1日何語喋ってますか?!」ある調査結果によると、人間には“1日に必要な”会話量が存在するそうです。その目安となるのが、男性は1日に7,000語。では女性は？答えは21,000語！なんと男性の3倍!!!でもなんか分かっていない(笑)  
この必要量を満たすことで、精神的にも満たされるそうです。逆に言えば、会話量が足りないと、それだけでストレスになってしまいます。しかも、不足分は日々蓄積されてしまうんだとか…女性の怒りは“ポイントカード方式”貯まった時に大爆発！なんて言われていますが、まさにこの“不足分の蓄積”がイライラの原因になっているのかも。  
子育ての日々は、誰かとゆっくりとおしゃべりする時間を作るのはなかなか難しいもの。しかもコロナ禍ですます人との関わりが希薄に…月に1度ですが、ぜひ“あんよ”に来て、21,000語の壁を一緒に越え、貯まったポイントを消化しましょう!!