



じっとしてても汗ばむ蒸し暑い日や、照りつける太陽が肌を焦がすかのように、カラッと暑い日など日替わりでいろいろな暑さに出会うため、身体がなかなか順応できず、体調を崩しやすくなっている人がいます。ちょっと疲れたなと感じたら、いつもより早く寝たり、家事を減らして、ひどくならないようにしましょう。世の中はめまぐるしく変化しています。身近なことでは、乳幼児期の予防接種の種類が増え、日程調整と子どもの体調をベストな状態に保つために、みなさまが努力しておられます。また、幼稚園や保育所に入るための情報収集は口コミだけでなく、インターネットですばやくできるようになりました。便利な社会になり、暮らしやすくなった反面、防犯や防災については、一層の知識や備えが必要です。

お知らせとお願い

夏のおいしい物

トマト・きゅうり・なすび・レタス・新生姜・スイカ・桃・ブドウ・イチジク・鱈・鮎など、口当たりのいい物が多いです。食べ過ぎには気をつけて、夏の暑さを乗り切ってください。

- ★「保健師と話そう」では熱中症予防や日頃なかなか聞けない育児のことを教えていただけます。ぜひご参加お願いいたします。
- ★8月7日(日) 10時30分～11時30分 ファミリーコンサートをします。詳しくは後日お知らせします。ご家族みなさまでお楽しみください。
- ★もうすぐ幼稚園が夏休みになります。幼稚園児ののびのび利用については、13時30分～にさせていただきます。ご協力よろしくをお願いいたします。
- ★ハローイングリッシュは7・8月は休講です。9月10日(土) から始まります。

今月の歌

お星さま



- ① お星さまピカリ お話してる 小さな声で かわいい声で お話してる
- ② お星さまピカリ お電話かけた あの子にこの子 よい子はどの子 お電話かけた
- ③ お星さまピカリ 涼しい風も お歌をうたう 楽しいうたを お星さまピカリ

7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
七夕飾り制作 20分 無料です。子どもの名前で申し込んでください。						
3	4	5	6	7	8	9
	七夕飾り制作 10:30～11:30					
10	11	12	13	14	15	16
	ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)			うたう会 (田中先生) 10:30～11:00	おはなし会 (川口先生) 10:30～11:00	
17	18	19	20	21	22	23
				保健師と話そう 10:30～11:30 小田原保健から担当の保健師が来てくださいます。		
24/30	25	26	27	28	29	30
	ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)					

開所日

月曜日～金曜日
10時～15時30分まで
(土・日・祝日は休み)

利用料金 **無料** (イベント内容により参加費を頂く場合がございます。)

対象年齢 **0才～4才位まで**

住所: 尼崎市杭瀬北新町3-16-7

電話: **6482-8082**

E-mail: amagasaki-nobinobi@nifty.com

