令和7年度 子育て通信





037-0305 中泊町大字中里字紅葉坂 27-1

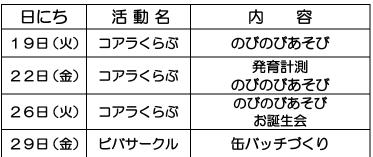
中里こども園 子育て支援センター (0173) 57-2057 (FAX.兼)



青い空と白い雲。夏の風物詩、セミの鳴き声が響い ています。こども園の子どもたちも、暑さに負けず、 水遊びを楽しんでいます。

暑いと、どうしても冷たい食べ物・飲み物を欲して しまいがちですよね。冷たいものを食べ過ぎると、胃 腸の調子がおかしくなり、消化不良や食欲不振に繋が ります。冷たいものはほどほどにして、バランスの良 い食事、水分補給、休息を心がけて、暑さを乗り切り ましょう!!





公式 I INF に登録してね

毎月のお便り、活動についてのお知らせなどを受け 取ることができます。

支援センター活動日の参加申し込みは、その 都度、公式 LINE またはお電話でお願いします。 キャンセルの連絡は当日の朝9時までにお願い します。



※1日(金)は担当者不在のため、5日(火)、8日(金) は園行事のためお休みです。

※12日(火)、15日(金)は預かり保育期間のため お休みです。

※感染症が流行しやすい時期です。感染拡大予防のた めに、少しでも体調が優れなかった場合は、無理せず お家でゆっくり休んで、元気になったらまた遊びにき てくださいね。

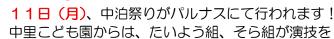


保健師さんが来て、計測します。この機会 に、子育てについて気になっていることや、 お困りごとなどを相談してみませんか?

みんなの身長と体重、どのくらい大きくなっ ているかな~?



町のイベントのお知らせ



披露する予定です。

その他、たくさんのイベントがあるようですので、 ぜひお楽しみください♪













たっぷり眠って 夏の疲れを吹き飛ばせ!

暑さで体力を消耗した体は、しっかり休めないと 体調を崩してしまいます。夏は楽しいイベントも 多いので、たっぷり睡眠をとって元気に過ごしま しょう!

快眠のためのヒント

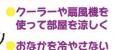
早寝早起きで生活 リズムを整える





汗を吸いやすい パジャマを着る







リフレッシュ講座

~子育ての疲れ・悩みを軽減しませんか?~

日時 9月9日(火)

場所 中里こども園支援センター 象位 子育で中の方(10組)

申し込み先 中里こども園(担当 木村)

締め切り 9月5日(金)

ハンドクリーム作り 内容

子どもの健康と育児のお悩み

相談会

「熱性けいれんへの対応」 「アレルギーについて」

参加費は無料です!ぜひご参加ください。 準備等ありますので、お申し込みは締め切り 厳守でお願いします。