

梅雨の時期が終わると、本格的な暑い暑い夏がやってきます。熱中症にならないように、水分補給と休息を十分摂りましょう。元気に夏を乗り切りましょう!!

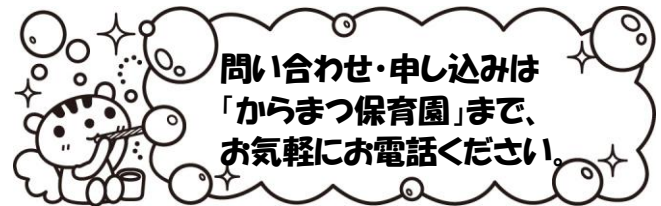
<開室時間>

月～金曜日 : 10:00～12:00
13:00～16:00

(土)・(日)・(祝)は休館です。

<受付時間>

月～金曜日 : 9:00～17:30
TEL : 042-654-3377
FAX : 042-654-3939
Eメール : karamatu@din.or.jp



問い合わせ・申し込みは「からまつ保育園」まで、お気軽にお電話ください。



- 7/5・6日(木・金)七夕製作
- 13日(木) ベビーマッサージ講座(13:30～14:30)
- 24日(火) 親子ふれあい遊び(14:30～15:00)
- 27日(金) **休館日**
からまつ夕涼み会(18:00～)

8/28日(火) 親子ふれあい遊び(14:30～15:00)

※8/14日(月)～18日(金)はプールはお休みです。



☆七夕製作をおこないます。親子で短冊や七夕飾りを作りましょう。申込みをしてください。

☆ベビーマッサージ講座は、ベビーマッサージ講師がおこなう赤ちゃんとのふれあいタイムです。みなさま、ぜひ、ご参加ください。申込みをして、お時間までにいらしてください。

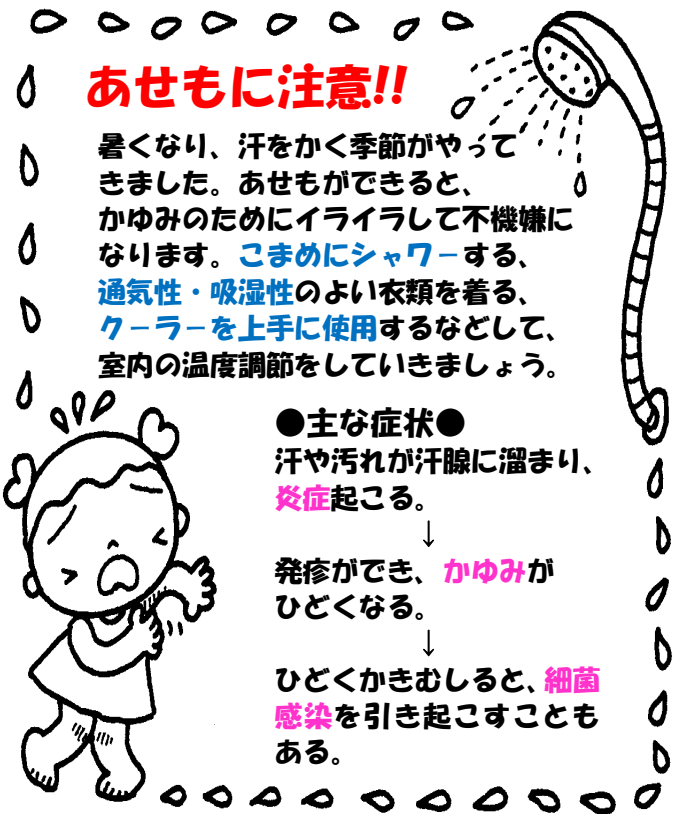
☆毎月第4火曜日は…「親子ふれあい遊び」の日です。手遊び、親子体操、パネルシアターなど、親子で楽しくふれあって遊びましょう。申込みをして、お時間までにいらしてください。



☆からまつ夕涼み会は、青陽園芝生広場で法人合同の夏祭りをおこないます。ぜひ、みなさまお誘いあわせの上、ご参加ください。



<育児ワンポイント♪>



あせもに注意!!

暑くなり、汗をかき季節がやってきました。あせもができると、かゆみのためにイライラして不機嫌になります。こまめにシャワーする、通気性・吸湿性のよい衣類を着る、クーラーを上手に使用するなどして、室内の温度調節をしていきましょう。

●主な症状●

汗や汚れが汗腺に溜まり、**炎症**起こる。

発疹ができ、**かゆみ**がひどくなる。

ひどくかきむしると、**細菌感染**を引き起こすこともある。

～夏バテ防止の食事～

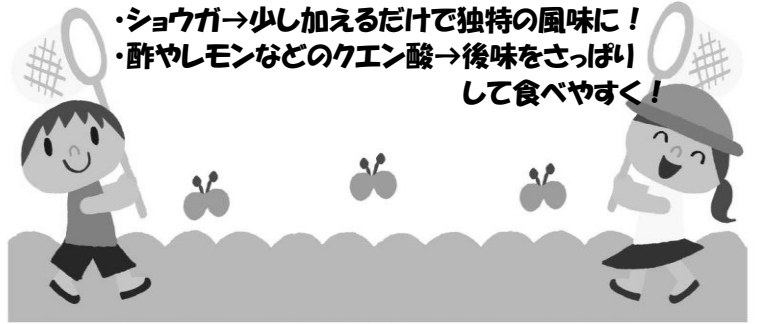
暑い夏が続くと、体調を崩して夏バテを起こしやすくなります。食事を通して、夏バテ予防をおこないましょう。

※夏バテ知らずの丈夫な身体を作る栄養素

- ・たんぱく質(卵・肉・魚・大豆・牛乳)
- ・ビタミンC(野菜・果物)
- ・ビタミンB1(豚肉・レバー・枝豆・豆腐)
- ・ミネラル(海藻・乳製品・レバー・夏野菜)

※落ちた食欲を取り戻す味付け

- ・カレー粉→さまざまなスパイスで食欲増進!
- ・ショウガ→少し加えるだけで独特の風味に!
- ・酢やレモンなどのクエン酸→後味をさっぱりして食べやすく!



～7/2(月)よりプール遊びをおこないます～

1. プール遊びができる日・時間

- ・月～金 11:00～12:00
- ・プールあそびは、気温+水温が50℃以上の日に実施します。
- ・プールの水は水道水を使用し、消毒剤が入っています。皮膚の弱いお子様は、ご注意ください。

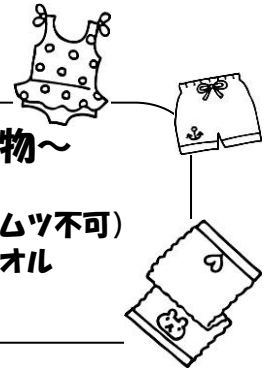
2. お子様の健康チェック・管理について

- ・保護者様の責任のもとでお願いします。特に次の場合、プールあそびはご遠慮下さい。
- * 風邪気味の場合・皮膚病にかかっている場合
- * その他、健康上問題がある場合



～持ち物～

- ☆水着 (紙オムツ不可)
- ☆バスタオル
- ☆帽子



～東京玉葉会からのお知らせ～

第6期 介護職員初任者研修 (平成30年9月開講)

主催 : 社会福祉法人 東京玉葉会
 募集期間 : 平成30年8月13日(月)～9月10日(月)
 開講期間 : 平成30年9月18日(火)～12月6日(木)
 研修会場 : 特別養護老人ホーム青陽園
 定員 : 20名
 受講料 : 40,000円(テキスト代含む)

研修に関するお問い合わせ先
 特別養護老人ホーム青陽園 事務課
 電話 042-654-4025
 (平日の9:00～17:00)

○お子様がいらっしゃる方は一緒に。お子様のお昼、おやつ付の無料の託児所で保育士が保育します。おむつをお持ちください。

