



暑い日が多くなり疲れを感じやすい時期ですね。水分、塩分補給をし、旬の物も食べながら元気に過ごしましょう。また、疲れが溜まらないよう、休息を取るのも大切です。子育て中は、お子さんのことを優先することが多いと思いますが、ご自身の体も労わってあげてくださいね。今月は託児付きのイベントもあります。束の間の息抜きにいかがでしょうか？

7月の予定



★AMせせらぎ広場★

0才～小学校に入る前までのお子さんが対象

2日（木）調理実習（事前予約制）

*育児講座の為、広場は1日お休みです

6日（月）～10日（金）

発育測定週間

7日（火）読み聞かせ「たんぽぽ」の会

13日（月）～17日（金）

作って遊ぼう

14日（火）防災ポーチを作ろう

（事前予約制）

*育児講座の為、広場は1日お休みです

★PM赤ちゃん広場★

0才～1才頃までのお子さんが対象の広場

17日（金）研修・会議の為、

赤ちゃん広場はお休みです

22日（水）保健師相談日

29日（水）読み聞かせ「図書館」

～赤ちゃん広場では、体重・身長が

いつでも測れます～

★土曜日の広場★

午前・午後どちらも0才～小学校に入る前までの
お子さんが利用できます。

育児講座

防災ポーチを作ろう

7月14日（火）10時～11時半

村上生涯学習センター（マナボーテ村上）

対象 就学前のお子さんがあるお家の方

参加費 100円 託児 15名（先着順）

持ち物 飲み物、オムツ、着替え、タオル等

申込み 山辺里子育て支援センター TEL53-1577

朝日子育て支援センター TEL72-1230

受付期間 6月22日（月）～7月3日（金）

もしも出先で災害にあったら…？そんな時に備えて普段から鞆の中に携帯しておける「防災ポーチ」を作りますか？避難先でお子さんと過ごす事を想定しながら作りましょう。ぜひご参加ください！



【持ち物】

- ・水着や布パンツ、水遊び用のパンツなど
- ・タオル・着替え・飲み物・帽子

*夏の間タライに水を入れての水遊びができます。

裸での水遊びはご遠慮くださいね。

*その日の天候に合わせて実施します。

*消毒液は入れません。

*体調が悪い時は無理をせず、室内で遊びましょう。



～作って遊ぼう～



「シャカシャカタンバリン」

可愛いパンダの形のタンバリン☆赤ちゃんでも揺らすだけで簡単に音が鳴りますよ～！