



羽後町子育て支援センター

TEL62-5228

NO.4

H28. 7

梅雨入りし汗がたくさん出る時期となりました。こんな時は水分補給がとても大切です。ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンク・・・水分ではありますが、意外にもたくさんの糖分が含まれており、とりすぎは肥満の原因にもなります。水分は水やお茶でとるようにしましょう。センターを利用の際も水分を持参して下さい。  
21日(木)よりプール遊びをしますので、水着・水遊び用オムツ・着替え・帽子・ビーチサンダルタオル等を準備して下さい。



## 7月活動予定 10:00～11:30

日	曜	活動	内容
7日	木	ひよこクラブ	七夕製作
13日	水	よちよちクラブ	離乳食中期(栄養士)
14日	木	ひよこクラブ	なるせっこ児童館(遠足)
15日	金	ひよこクラブ よちよちクラブ	コモンセンスペアレンティン グ3回目
21日	木	ひよこクラブ	プールあそび
28日	木	ひよこクラブ	誕生会手作りおやつ (栄養士)

❖7月14日(木)遠足❖

「なるせっこ児童館」に遠足に行きます。  
交通規制も厳しくなっております。  
0歳児は安全面を考慮し、自家用車での参加となりますので  
宜しくお願い致します。

**参加申し込みは  
7月11日(月)  
までとなります。**



