



暑さが増し、夏らしい気候になってきました。恵山ではこれから各地でお祭りが開かれます。園でも七夕まつりや縁日ごっこも予定しているので、楽しみにしている方も多いかと思われます。熱中症などで体調を崩さず、みんなで楽しみましょう！

家事や子育ての気分転換に行事に参加してみませんか。子育てサロンの利用は無料となっています。お気軽に遊びにいらして下さい。

園正面とサロン側の駐車場から車の出入りがありますので、ご注意ください。サロンの利用時は、お子さんと手をつないでの移動をお願い致します。



6月4日(水) 福田歯科さんによる『歯の健口教室』が開かれました。歯磨きや歯医者さんが苦手なお子様も泣かずにみてもらえ、相談にも答えてもらえました。

7月の予定

◆7月 7日(月) “七夕まつり”
(保育園行事参加)

9時30分～12時【つつじサロン】

◆7月 9日(水) “あそびの広場”
9時30分～11時30分

【楡法華総合センター第3研修室】

◆7月 23日(水) “こぐまクラブ”
10時30分～11時30分【つつじサロン】

◆7月 30日(水) “縁日ごっこ”
(保育園行事参加)
9時30分～12時【つつじサロン】

8月の予定

◆8月 6日(水) “水あそび”
9時30分～12時【つつじサロン】

◆8月 27日(水) “浜辺(砂)あそび”
9時30分～11時30分【中浜会館】

暑い夏を元気に過ごすポイント



食事はしっかり。
水分も
こまめに補給



毎日
体を
洗おう



熱中症予防 水分はどんな物がよい?

普段の水分補給には水や麦茶が良いですが、汗をたくさんかいた場合は塩分も入っている経口補水液やスポーツドリンクが推奨されています。また、冷たい味噌汁も塩分と水分を一緒にとれるので、おすすめです。逆に熱中症リスクを高めるものは、アルコールやカフェイン、糖分を多く含むものです。スポーツドリンクには糖分が多く入っているものがあるので注意しましょう！

水分補給は喉が渇く前から『こまめに、少しずつ飲む！』を意識して摂ることが大切です。冷たいものは胃腸に負担をかけることがあるので、常温や温かい飲み物もおすすめです。

上手な水分補給で、熱中症を予防しましょう！！

市公式LINEと友達になり

新機能「マザサポ+」に登録すると

デジタルを活用した手続きなどの負担軽減につながります。また「子育て応援サイト～はこすく～」も子育て世代に役立つ情報が載っています。興味のある方は登録してください。

函館市公式LINE



← QRコードから
ダウンロードして
登録できます。

※登録料・利用料は無料
(通信料は利用者の負担となります)

7月 つつじ子育てサロン活動カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
		1日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	2日 ・午前/午後 (自由開放)	3日 ・午前～自由開放 ・午後～園庭開放	4日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	5日
6日 	7日 七夕まつり (保育園行事) つつじサロン) 9時30分～12時 午後～自由開放	8日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	9日 あそびの広場 (榎法華総合センター 第3研修室) 9時30分～11時30分 午後～自由開放	10日 ・午前～自由開放 ・午後～園庭開放	11日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	12日
13日	14日 ・午前/午後 園庭開放	15日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	16日 ・午前/午後 (自由開放)	17日 ・午前～自由開放 ・午後～園庭開放	18日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	19日 土用 丑の日
20日	21日 	22日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	23日 こぐまクラブ (つつじサロン) 10時30分～11時30分 午後～自由開放	24日 ・午前～自由開放 ・午後～園庭開放	25日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	26日
27日 	28日 ・午前/午後 園庭開放	29日 ・午前/午後 (自由開放・散歩)	30日 縁日ごっこ (保育園行事) つつじサロン) 9時30分～12時 午後～自由開放	31日 ・午前～自由開放 ・午後～園庭開放 		

サロンご利用にあたって…

- * サロン利用中のマスク着用については任意となっておりますが、大人の方にはマスクの着用を推奨しています。
- * 風邪症状など体調が優れない時は、利用を見合わせてください。
- * サロン参加利用費は無料です。
- * 持ち物…着替え・水筒(水orお茶)・帽子・オムツなど。

戸外での活動もありますので、靴の準備をお願いします。
(おやつ、おもちゃは持って来ないようにお願いします。)

- * サロン内や園内、駐車場でのケガや事故は、利用者の責任となりますので、お気をつけください。



☆子育て相談「電話・来園・訪問」TEL 85-3555 保育園共通

- ・月曜～金曜日(午前9時～午後5時)

子育て・育児…不安や心配など、どんな小さなことでも、ひとりで悩まずに、気軽にご相談ください。(秘密厳守)

※リモート相談(ZOOM)もできますので、お問い合わせください。

☆月曜～金曜日「つつじ子育てサロン」(サロンの部屋)

- ・午前(9時～12時) ・午後(1時30分～3時30分)

☆地域での活動(午前9時30分～11時30分)

- ・中浜会館、柏野会館、なとわ・えさん、榎法華総合センター コミュニティセンターなど(4月、2月、3月はお休みです。)

☆身長・体重の測定

- ・毎月第3週頃実施しています。希望があれば随時測定します。

★自由開放(サロンの部屋)

つつじ子育てサロン
(月曜日～金曜日)
午前9:00～12:00
午後1:30～3:30

★園庭開放(つつじ保育園)

(月曜日)
午前9:30～12:00
午後1:30～3:00
(木曜日)
午後1:30～3:00

わからないことがありましたら、つつじ保育園・サロンにお問い合わせください。