



真夏の暑さが続いたかと思うと、嵐のような激しい雨や風が吹き荒れる日があったりして、体調崩す人がたくさんいます。これから梅雨になり、気温差や蒸し暑さで熱中症になっても気がつかないこともあるかもしれません。水分補給の大切さはみなさんご存知の通りです。今月は保健師から夏の健康管理について、具体的なお話を聞いたり、子育て相談をしていただきます。日ごろ気になっていることも、質問する時間をとっています。ぜひご参加お願いいたします。

今月の歌

あめふりくまのこ



お山に雨がふりました あとからあとから 降ってきて ちょろちょろ 小川ができました



豆知識



梅雨（ばいう）は、国際的に通用しています。うめの実が熟すころの雨期なので、梅雨と書きますが、カビの生える時期でもあるため、昔は霉雨（ばいう）とも書かれました。また、旧暦では五月（さつき）ごろにあたるので、五月雨と書いて「さみだれ」と読ませました。

6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	5	6	7 歯のお話し 10:30～11:30 (久保先生・山崎先生)	8	9
10	11 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	12	13	14 うたう会 10:30～11:00 (田中先生)	15 おはなし会 10:30～11:00 (川口先生)	16
17	18 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	19	20	21 ベビーイングリッシュ 10:30～11:00 (大園先生)	22	23
24	25 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	26 保健師のお話し 10:30～11:30 (南部保健センター)	27	28	29	30

開所日
月曜日～金曜日
10時～15時30分まで
(土・日・祝日は休み)

利用料金 無料 (イベント内容により参加費を頂く場合がございます)

対象年齢 0才～4才位まで

住所：尼崎市杭瀬北新町3-16-7

電話：6482-8082

E-mail：amagasaki-nobinobi@nifty.com

