

## 共育フラザ南篠崎 中高生イベント情報

## フラトーク 2023 7・8月合併号

## ミン+deゲーム

・ 7月2日(日) ・ 8月13日(日)  
10:30より談話室にて開催!

[出張Ver.]  
・ 7月23日(日) ・ 8月27日(日)  
なごみの家瑞江で開催!

## Enjoy English

日時: 7/5 (水) 15:00~  
場所: プレイルーム

Let's Speak English!!

## 中高生kitchen

・ 7月14日(金) ・ 8月19日(土)  
①16:30~ ②17:45~

7月のメニューは...  
「ミートソースパスタ」!

## なないろガーデン

随時開催予定!

畑作業に挑戦してみよう

## 【1655 café】

日時: 毎週水曜日  
16:55~  
場所: プレイルーム

学習の合間に少し一息...

## eスポーツ大会

7/9(日)  
開催予定!

相談員のゆう君です。今回はこれからの季節に注意しなければならない、**熱中症**についてのお話をします。

**熱中症**は気温が高いなどの環境下で体温調整がうまくできず、体内に熱がこもってしまうことで引き起ります。熱中症を予防するために大切なことが3つあります。

1. 涼しい服装 (外で活動する際、帽子をかぶる)
2. しっかり睡眠をとる (寝不足は体力低下の原因)
3. 水分をしっかりとる

(運動した時は塩分を補給する)

→経口補水液、スポーツドリンク、塩キャンディーなどがあると良いです)

運動場やスポーツルームで活動している時に少しでも体調が悪くなったと思ったら**無理をせず**に**休息を取り**、職員に声を掛けてくださいね。

## information

## ●開館時間:

月曜～日曜 9:00～21:00

(小学生は17:00、中学生は19:00まで)

※学習室のみ、中学生でも21:00まで使用できます

## ●休館日: 年末年始 (12月29日～1月3日)

## ●住所: 江戸川区南篠崎町3-12-8

## ●TEL: 03-3678-8241

## ●受託運営: 株式会社マミー・インターナショナル



@kyopla\_shino



共フラチャンネル



kyoplashino

