共育プラザ南篠崎 中高生イベント情報

7 2023 7・8月合併号 プラト

ミンナdeザーム . 7月2日(日) . 8月13日(日) 10:30より談話室にて開催!

1月23日(日) · 8月27日(日) 【出張Ver.】 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!!



•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ょう

[1655 café)

日時:每週水曜日

16:55~

場所:プレイルーム

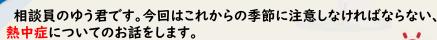
学習の合間に少し一息…。





7/9(日)

開催予定!



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:

- 准 所:江戸川区南渡崎町3-12-8
- TEL: 03-3678-8241
- 受話運営:様式会社マミー・インターナショナル

















