

8月の予定	日程	時間	場所	費用	内容	対象者
足育について (育児講座)	8月17日(木)	10:00~10:30	光明第三こども園 広間	無料	足育という観点から看護師より、靴を選ぶ時の注意点や、正しい靴の履き方などのお話をします。(予約不要)	地域
ママヨガ	8月12日(土) 8月26日(土)	10:30~11:45	光明第三こども園 広間	初回無料! 2回目以降500円	お子様と一緒に、ヨガで心も体も、リフレッシュしませんか?予約制です。10名までとなっております。	地域
誰でもヨガ	8月12日(土) 8月26日(土)	13:00~14:15	光明第三こども園 広間	初回無料! 2回目以降500円	身体が硬くても大丈夫!誰でも参加出来るレッスンです。間隔を空けて行います。予約制です。	地域
図書貸し出し	月~金	10:00~16:00	光明第三こども園 図書コーナー	無料	様々な種類の絵本が揃っておりますのでお気軽にお越し下さい。(予約不要)	地域
園体験	月~金	10:00~10:30	光明第三こども園	無料	同じ年齢の子どもたちと一緒に、楽しい時間を過ごします。現在は、時間を短縮して屋外で遊んでいますが、今後、変更も検討しています。体験は予約制です。	未就園児
園庭開放	月~金	13:00~15:00	光明第三こども園	無料	こども園の園庭で遊んでみませんか?予約不要ですのでお気軽にお越し下さい。	未就園児

☀️ 熱中症重症度と対応 ☀️

保健室より

熱中症は、対応が遅れると死に直結することもあります。重症度を知り、もしもの時に備えましょう。

軽 症：めまい、立ちくらみ、筋肉痛、こむら返り※意識ははっきりしている。

→水分・塩分をとらせ、様子を見る。

中等症：頭痛、吐き気、嘔吐、体のだるさ、判断力の低下→自力で水が飲めないときは119番

重 症：意識がない、受け答えがおかしい、けいれん発作→ただちに119番



※「ママヨガ」「はじめてヨガ」「子育て広場」「園体験」

に参加ご希望の方は事前にお申込みください。

問い合わせ先：光明第三こども園 (9:00~17:00)

TEL 042-624-3051 (担当：津久井 小池)

