

プラス通信 6月号

2025

運動会も終わり、新年度にも慣れてきた頃ですが、4月からの蓄積した疲れやストレスに梅雨の不快さが相まって、体調不良や精神的な不安定を引き起こしやすくなる時期でもあります。頑張る部分とリラックスする部分のバランスに気を付けながら、日々の活動に取り組む必要があるのかなと思います。

下記を参考に必要に応じてご準備いただけたらと思います。

- ①**水筒を大きいものに替える**、もしくは**予備のお茶を持たせる**
※利用時に水筒が空になった場合、状況に応じてプラスでペットボトルのお茶を提供させていただきます。その際【100円/1本】を月末請求時に請求させていただきます。
- ②**着替え用の服**（Tシャツ・短パンなど）や**タオル**、**水遊び用のサンダル**の準備をお願いします。利用時に使わなければ、そのまま預からせて頂けたらと思います。サンダルは10月頃まで預からせてもらえたらと思います。
- ③夏休みに入ると、川遊びや海水浴に行くことが多くなります。その際、安全のためにライフジャケットを着用した上で活動しますので、**夏休みまでにライフジャケットの準備**をお願いいたします。

7月のイベント案内

7月5日（土）



「カラオケに行こう！」

今治市の「バンビーズ」で熱唱しながらストレス発散したいと思います。昼食も好きなものを注文して食べたいと思いますので、お弁当は不要です。フリードリンクでソフトクリーム、ポップコーンも食べ放題です。

★参加費 1,500円程度 ★お弁当 不要

※参加費には料金と昼食代が含まれます。

7月12日（土）



「アイスクリームを作ろう！」

氷を入れた大きな袋に、牛乳・生クリームなどを入れた袋を入れて、フリフリするとアイスクリームの完成！暑い夏を冷たいアイスで乗り切ろう！

★参加費 300円程度 ★お弁当 必要

7月19日（土）



「ダンス教室」 講師：井上くるみ先生

「井上くるみ先生」のダンスレッスンを受けます。幼稚園教諭と保育士の資格を持ち、認定こども園で勤務の経験もある先生です。

※原則、毎月第3土曜日はダンス教室となります。

★参加費 1,000円程度 ★お弁当 必要

7月26日（土）



「バーベキューをしよう！」

場所は未定ですが、バーベキューと水遊びを楽しみたいと思います。川か海で泳いだ後、バーベキューでお腹いっぱいお肉を食べよう！

★参加費 1,800円程度 ★お弁当 不要

5月の活動の様子



おさかな館に行こう 🐟

