



青サポ通信

VOL. 168



令和7年8月 浜田市青少年サポートセンター発行



いよいよ夏本番です！今年は梅雨が短く、雨もほとんど降りませんでしたね。
ここ近年の暑さは異常とも言われていますが、皆さん暑さ対策はできていますか？
エアコンのついている部屋でも熱中症になるそうです。熱中症には、水分補給はもちろん
塩分補給も大切です。経口補水液やスポーツドリンクなどをこまめに飲むのも良いですね。
食事や睡眠をしっかりと摂り、暑さ対策や熱中症対策を万全にして、夏を乗り切りましょう！



8月の教室・クラブ



リラックスストレッチ

8月7日(木)

時 間: 14:30~15:30

参加費: 無料

※活動しやすい服装で参加してください

料理教室

野菜たっぷりジャージャー麺

8月12日(火)

時 間: 10:00~12:00

参加費: 150円

※お昼に試食をして帰ります。

書き方クラブ

8月15日(金)

時 間: 14:00~15:00

参加費: 無料

陶芸教室

お皿に絵付け体験

8月19日(火)

時 間: 14:00~16:00

参加費: 300円

パソコン教室

自分の価値観をグラフにしよう

8月21日(木)

時 間: 14:00~16:00

参加費: 無料 定員: 2名

スイーツ教室

台湾カステラ

8月26日(火)

時 間: 14:00~15:30

参加費: 100円

読書会

8月28日(木)

時 間: 14:00~15:00

参加費: 無料

～青サポ屋外活動～

6月24日に、さつま芋の苗植えに行ってきました！
蒸し暑く、汗をかきながらの作業は大変でしたが、きっと
秋にはおいしいお芋ができていることでしょう。
皆さん秋の芋ほりにも、ぜひご参加くださいね！



～お知らせ～

今月のパソコン教室は、

『自分の価値観グラフ』を作成します。

自分の価値観を調べ、グラフを作ってみま

しょう。自分でも知らなかった自分が

見えてくるかもしれません。

もちろんワードやエクセル、パワーポイン

ト等、ご希望があれば対応致します。

お気軽にお問合せください。

お願い

居場所利用の際には、できるだけ飲み物をご持参ください。
ご協力よろしくお願いいたします。



青サポ教室・ 青サポクラブ



8月



の予定

月曜日 7/28	火曜日 7/29	水曜日 7/30	木曜日 7/31	金曜日 8/1
夏期学習支援事業のため居場所の利用はできません。				
4	5	6	7	8
			リラックスストレッチ 14:30~15:30 (14:15 集合)	所内会議の為、 居場所利用は 10時半からです。
11	12	13	14	15
山の日	料理教室 10:00~12:00 実費150円			書き方クラブ 14:00~15:00
18	19	20	21	22
	陶芸教室 14:00~16:00 実費300円		パソコン教室 14:00~16:00 	
25	26	27	28	29
	スイーツ教室 14:00~15:30 実費100円		読書会 14:00~15:00 	

※ 教室・クラブは予約制です。一週間前までに 25-0985 までお電話ください。

* 実費 マークの教室は、材料代が必要となります。

* 料理教室は、マスク・エプロン・三角巾を持参してください。

* リラックスストレッチクラブは、飲み物・汗拭きタオルを持参してください。

◎ 浜田市役所北分庁舎の2Fを居場所として、平日の9:00~16:30まで利用できます。

パソコン、電子ピアノも自由に利用できます。

青サポ教室や青サポクラブの時間帯で教室に参加しない場合は、利用できる場所が限られますので
ご協力ください。

◎ 青サポ通信は、浜田市のホームページから
もご覧いただけます。

浜田市 HP 子育て支援サイト

青少年サポートセンター

青サポ通信を発行しています

浜田市教育委員会 学校教育課

青少年サポートセンター

〒697-0027 浜田市殿町22番地

浜田市役所北分庁舎 2F

相談専用フリーダイヤル 0120-783-419

TEL:0855-25-0985

FAX:0855-24-1080

E-mail: support@city.hamada.lg.jp

