



ほんわか市について

今年度開催を予定していたほんわか市ですが、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、開催中止となりました。

すこやか館内には、ゆずります・ゆずってくださいコーナーが設置されています。ベビー用品や育児に関する物品をリサイクルしたい方は、ゆずりますコーナーをご活用ください。



トワイライトステイ登録のお知らせ

就労形態の多様化等により保護者の帰宅が恒常的に遅い場合に、児童をお預かりします。

申請期間：7月15日(水)～8月17日(月) 17時

申請書類：窓口で配布

(すこやかHPからもダウンロード可)

申請方法：必要事項を記入し、すこやかへ提出を。

小児科医による健康相談

発育・発達・育児など、健康に関するお悩みに個別にお応えいたします。

日時：8月18日(火) 13:30～14:30

場所：すこやか保健室

協力医：ぬきいこどもクリニック 貫井先生

定員：5名(予約制)

※お電話かご来館にてお申し込みください。

すこやかスタッフインタビュー！ 「私のストレス解消法」

最近のストレス解消法を、すこやかスタッフに聞きました！みなさんはどんな方法を実践していますか？

- Non Stop Drive



(市内でおかしや飲み物を調達し、他地域では降車せずにドライブ！)

- 好きなドラマやアニメを観る

(愛の不時着、鬼滅の刃にはまり中)



- アロマ

(入浴の時、部屋にいる時に好きな香りを使う。柑橘系のベルガモットがお気に入り。ディフューザーが便利です！)



- 好きな物をお取り寄せ

(地方のスイーツ。愛媛の大福が人気で買えず・・・)

- 夜、バルコニーにアウトドア用の椅子を出し、美味しい紅茶やお酒を飲みながらぼーっとする。

- 飲み会に行けない分、家飲みを楽しむ！

(ちょっと贅沢なプレミアム系のビールと、自分も子どもも楽しめるおつまみメニューにする。)

- コロナ太り解消の為、2駅ほど通勤の行き帰りに歩くと、気持ちも軽くなります！



次回へつづく・・・

すこやか通信

調布市社会福祉事業団 調布市子ども家庭支援センターすこやか

調布市国領町3-1-38 JJX17 2階

TEL：042-481-7733 FAX：042-481-7734

<https://jigyodan-chofu.com/sukoyaka/>

Vol.226 2020.8

8月号

すこやかをキレイにしてくれて ありがとうございます！

すこやかでは、ひろばやお部屋の清掃を“フクヤサービス”さんをお願いしています。ロビーやひろば、廊下、洗面所やトイレまでみんなが気持ちよく過ごせるように、毎日ピカピカにしてくださっています。

また、ひろばのおもちゃは調布市内にあるわかば作業所さんとちょうふだそうさんに清掃をお願いしています。みなさんがきれいなおもちゃで遊べるように、丁寧にひとつひとつおもちゃを拭いてくださいます。

みんなもすこやかのおもちゃやお部屋をキレイに使ってくださりありがとうございます！



毎日ピカピカでうれしいなあ♪
みんなありがとう！