

# “藤わくわく” 利用のご案内

利用時間：AM10:00～PM3:00



休 み：水曜日、日曜日、祝日、年末年始

対 象 者：未就園の乳幼児(0-概ね3歳未満)と、  
その保護者

利用料：無 料

## つどいの広場“藤わくわく”

(社会福祉法人 幸聖福社会 藤こども園内)

【住 所】大阪市住吉区山之内元町6-2

【T E L】06-6697-2131

【F A X】06-6697-2130

【H P】<http://www.kosei-fukushikai.com>



## こんなイベントをしています



カレンダー作り♪



手遊び・歌遊び♪



おにぎりの会♪



### 旬の食材で夏バテ防止

猛暑が続くと胃腸が弱り、食欲が落ちますね。夏バテを防ぐには、旬の食物をとりましょう。水分を多く含んだトマト、キュウリ、モモ、スイカなどは、火照った体を冷やす効果があり、オクラやモロヘイヤなどのネバネバ成分は、胃の粘膜を保護します。栄養バランスの良いカボチャやアユなども、昔からよく食べられてきました。

