



残暑の厳しい日が続いていますが、鈴虫やコオロギの鳴き声が聞こえはじめ、ほんの少し秋の訪れを感じるようになってきました。朝や夕方の時間帯を活用して、お散歩や公園遊びなど親子で体力づくりを楽しんでくださいね。夏の疲れの出る時期でもありますので「早寝・早起き」を心がけ、生活リズムを整えて元気に過ごしましょう。



## 9月の子育て応援広場

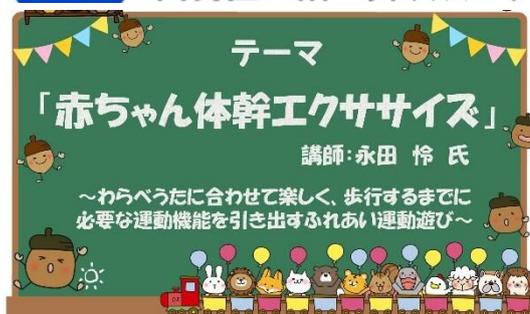
### イオンタウン始良

時間 11:00~11:30

場所 西街区3階 キッズパーク



場所 西街区3階 キッズパーク



## ママもリフレッシュしましょう

子育ては24時間営業、毎日ずっと気を張っていると心もからだも疲れてしまいます。サービス等を上手に利用して、休めるところは休み、頼めるところは頼んで、自分のためだけの時間をつくってリフレッシュしましょう。



趣味の時間や読書

### みんなのリフレッシュ方法

ちょっと豪華なスイーツを食べる



アロマでリフレッシュ



ママ友とランチに行く

子どもの世話を家族にまかせてお買いもの

ひとりでゆっくりお風呂に入る



イオンゆめみらい保育園でも一時預かり事業を行っております。どうぞご利用ください♪

## コンシェルジュ相談窓口

時間：毎週土曜・日曜・月曜 10:00～15:00

場所：イオンタウン始良東街区1F

イオンゆめみらい保育園あいら

一時預かり事業も行っています。

イベント開催時は、イベント終了後に相談時間を設けております。

何でもお気軽にご相談ください。インターネットでのご予約も可能です。

お電話でのご相談は **0995-55-1087** まで

相談ご予約はこちらから

