

レディヤンだより



熱中症に気をつけましょう！

本格的な夏がやってきました。気温、湿度ともに大変高い時期のため、熱中症には十分にお気をつけください。
特に、運動する際には、こまめな水分補給に心がけましょう。

熱中症予防のために

暑さを避ける！

エアコン等で
温度をこまめに調節



遮光カーテン、
すだれ、
打ち水を利用



外出時には
日傘や帽子を
着用



天気の良い日は
日陰の利用、
こまめな休憩



吸湿性・速乾性のある
通気性のよい
衣服を着用



保冷剤、氷、
冷たいタオルなどで、
からだを冷やす



「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

レディヤン講座開催のご案内

★ 親子料理教室

日 時 令和6年9月29日（日） 10:00~12:30
講 師 稲葉 清美
対 象 市内在住の小学生とその保護者
定 員 10組20人（抽選）
受講料 無料 材料費 1,600円（1人800円）
※広報春日井 8月号に掲載



★ バドミントンを楽しもう

日 時 令和6年10月27日（日）、11月3日（日）、10日（日） 3回
9:30~11:30
講 師 春日井市バドミントン連盟
対 象 市内在住、在勤で18歳以上の人（学生は除く）
定 員 18人（抽選） 受講料 750円
※広報春日井 9月号に掲載



★ 親子で楽しく学ぼう！お片付けのコツ

日 時 令和6年11月9日（土） 10:00~11:30
講 師 大原 友美
対 象 市内在住の小学生とその保護者
定 員 10組20人（抽選）
受講料 無料
※広報春日井 10月号に掲載



★ 子育て講座 ～思春期の子どもとの関わり方～【託児付】

日 時 令和6年11月16日（土） 10:00~11:30
講 師 安藤 節子
対 象 市内在住、在勤または在学の人
定 員 20人（抽選） ※託児4人程度
受講料 250円
※広報春日井 10月号に掲載



【申込方法】 市ホームページの申込フォーム、または往復はがき（1人1枚、親子講座は1組（2人）1枚）に講座名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、【託児付】講座で託児（1歳以上の未就学児）希望の場合は「託児希望」とお子さんの名前（ふりがな）、年齢、親子講座は、保護者氏名（ふりがな）も書いて、申込期間内に、〒486-0844 鳥居松町2-247 レディヤンかすがい へ お申し込みください。

女性の活躍加速化事業のご案内

女性のための起業応援セミナー

- 内容 全6回で実施する女性のための起業応援セミナー。起業に必要な知識を学び、思いや考えを形にする。
- 対象 起業を目指す女性、起業後さらなるステップアップを目指す女性
- 日程 第1回 10月 9日(水) 第4回 10月31日(木)
第2回 10月16日(水) 第5回 11月 7日(木)
第3回 10月24日(木) 第6回 11月20日(水)
- 時間 9:30~12:00
- 講師 大森富士代、倉橋和世 ●定員 20人
- 費用 受講料無料
- 申込期限 令和6年8月30日(金)まで



男女共同参画セミナーのご案内

更年期を笑顔で過ごすための心と体のトリセツ【女性対象】

- 内容 更年期の心と体の移り変わりを知り、心地よく体を動かすセルフメンテナンス術を楽しく実践します。
- 対象 市内在住、在勤の女性 ●定員 20人
- 日程 9月21日(土)
- 時間 10:00~11:30
- 講師 ちえぶら認定 更年期トータルケアインストラクター
- 費用 受講料無料
- 申込期限 令和6年8月30日(金)まで



●申込方法

▶市ホームページの申込フォーム

QRコードを読み込んでください。

※期限が過ぎても、余裕のある場合は参加できます。お問い合わせください。

女性のための
起業応援セミナー



更年期を笑顔で過ごす
ための心と体のトリセツ



ひとりで悩まず相談してください

種 類	曜 日	時 間
女性の悩み相談(電話・面接) 85-7871 ※面接相談は予約制	火曜日~金曜日	13:00~16:30
女性のための法律相談(面接のみ) 85-4401 ※予約制	指定土曜日	10:00~12:00

※ 託児を希望される場合は、事前に予約してください。

図書コーナー「おすすめ」の本



◇ 沙羅の風【著者】松 弥龍（まつ みりゅう）/国土社

11歳の春休み、沙羅は母怜子さんとふたり旅に出ることになりました。行先は怜子さんのふるさと、鳥取。幼いころに父親を亡くし、怜子さんと暮らしてきた沙羅。これまで旅行で遠くに出かけることもなければ、鳥取に祖父母（怜子さんの両親）のお墓があることも知らない。そんな沙羅を鳥取で待っていたのは……。沙羅が知っている怜子さんはどこまでもポジティブな姿。でもこの旅で知った怜子さんは引っ込み思案。とても信じられないことだった。怜子さんは母親の墓参りには訪れたが自分の育った家には行こうとしなかった。沙羅が投入堂に行きたいといっても決して行こうと言わなかった。そして、なぜ怜子さんが自分のことを隠そうとしているのか心が揺れる沙羅。沙羅は怜子さんの育った家にひとりで行った。そして怜子さんの過去を知る。鳥取砂丘の砂の上で、沙羅に自分の過去を話す怜子さん。その後一緒に投入堂に登ることができた。「またね」「たった一瞬でも愛されていた」という言葉も忘れられない。おいしそうな食べ物や素敵な人との出会い、雄大な鳥取砂丘も瞳に浮かんできました。そして、自分も鳥取を旅したくなりました。読み終わったときにさわやかな風を感じた本になりました。小学校中高学年に読んでもらいたい一冊です。



◇ 与える人になさい じいちゃんと僕たちのフルーツサンド行進曲【著者】大山皓生 / すばる舎

本書は愛知県岡崎市にある町の小さなスーパー「ダイワスーパー」の3代目社長、大山氏の実話を描いたものです。大山氏が祖父の会社「ダイワスーパー」の社長に就いたその日、新米社長は赤字3000万円の負債を背負いました。その新米社長は、社員に「100人の行列ができる繁盛店にします」と宣言。メロンのかき氷を売り出した後、八百屋の作る本気のフルーツサンドを誕生させ、そのフルーツサンドは大ヒット。失敗や壁に道をふさがれるたびにヒーローである祖父の姿や言葉を思い出し、前向きに自分の挑戦を続けていく大山氏。多くのすばらしい出会いにも恵まれていき、大ピンチだったお店は大行列のできる年商10倍の会社に成長します。その3代目の社長大山氏が祖父から学んだ大切な教えがこの1冊に詰まっています。ぜひ読んでみてください。

春日井市青少年女性センター

「レディヤンかすがい」

春日井市市民生活部多様性社会推進課

＜所在地＞〒486-0844

春日井市鳥居松町2丁目247番地

電話 0568-85-4188 FAX 0568-85-7890

ホームページ <https://www.city.kasugai.lg.jp/>

E-mail tayosei@city.kasugai.lg.jp