

With Kids NEWS

子どもと一緒に★

太陽がまぶしい季節になりました。
鼻の頭や額に汗をかいて思いっきり遊ぶ子どもたち。
どんなに暑くても、どんな時でも子どもたちは
元気でエネルギーです。
子どもたちの笑顔が見たい! 家族みんなで笑いあいたい!
この夏思いっきり楽しんで太陽より輝いちゃいませよ\^o^/

編集

ポケット倶楽部

特集

上越のおみやげ 何持っていく? 夏だ! プールだ!! こどもプールに行こう!



暑い夏には、お茶!!

汗っかきの子どもたち。「のど乾いた～」が多くなる夏。ジュースもいいけど、ごくごく飲めるのはやっぱりお茶! ちびっかたちにおすすめなのは、ノンカフェインの麦茶やカフェインが少ない玄米茶。ママの美容のためにルイボスティーや黒豆茶もおすすめ。上越産のお茶もいかが? 本紙面で紹介しています。

気分や体調に合わせてお茶選び、ホットにしたり、アイスにしたり。たくさん汗をかいたらしっかり・水分補給。ちょっとお茶にくわしい夏になるかも。

今号の内容



②③④⑤ おみやげ 何持っていく? ⑥⑦ こどもプール

⑧ 花火大会情報 ⑨ 子育て応援ひろば「ふう」

⑩ 簡単レシピ ライスペーパー巻き ⑪ 子どもと一緒に食べ歩記