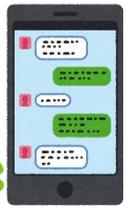




砂川市公式LINEに登録してください!



「子育て」「社会教育」「放課後子ども教室」を選択すると、「子育てひろば」「家庭教育支援事業」や、「ジャリン子自然体験塾」「国際交流ふれあいin砂川」「子ども職場体験活動」などいろいろな体験事業のご案内、放課GO!GO!のお知らせなどの情報を受け取ることができます。是非登録してください!

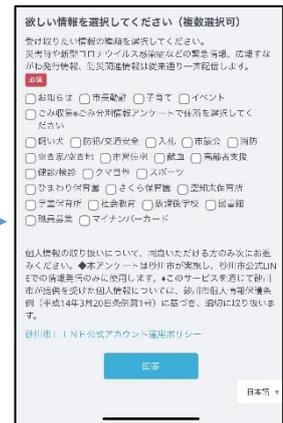
※砂川市公式LINEのトーク画面を開き、メニュー1右下の「受信設定」から欲しい情報を選択することができます。



①受信設定を選んでアンケートに回答

②必須事項を入力

③欲しい情報を選び登録完了!



《 編集後記 》

●春眠暁を覚えず●多くの人が聞いたことがある言葉かと思えます●孟浩然の代表作とも言える漢詩で、「春の夜が眠り心地よく、朝が来たことに気づかず寝過ごしてしまう」という意味だそうです●睡眠と言えば、私は休日によく二度寝をします●個人的には二度寝は普通の睡眠より、なぜか気持ち良いと感じることが多いです●理由を調べたところ二度寝は「エンドルフィン」という脳内物質が多く分泌され、多幸感を得やすいそうです●しかし、自律神経の乱れや、疲労の蓄積にも繋がる可能性があるため、自分に合った睡眠習慣を見つけたいと思います

◎お問い合わせ◎

教育委員会 TEL: 74-8379
 MAIL: shakyokr@city.sunagawa.lg.jp
 公民館 TEL: 52-2339
 図書館 TEL: 52-3819
 総合体育館 TEL: 54-2175
 海洋センター TEL: 52-4809
 地域交流センターゆう TEL: 54-3111

企画・編集 砂川市教育委員会