

# 地域と社会があなたを必要としています！ 北斗市保育士等人材バンク 登録者募集



市では、保育士などの資格をお持ちで、市内保育園や認定こども園、放課後児童クラブでの就労を希望される方を募集しています。  
子どもたちに囲まれて、笑顔で楽しく働いてみませんか。

## ▼人材バンク登録から採用までの流れ

- ①人材バンクに登録します。  
登録申込書に必要事項を記入のうえ、資格を証明する書類の写しを添えて、郵送またはご持参ください。
- ②職員を募集している施設からの要望に応じて、市役所から施設へ登録情報を提供します。
- ③施設から直接、登録者へご連絡します。

## ●申込書提出・郵送先

〒049-0192 北斗市中央1丁目3番10号  
北斗市役所子育て支援課保育係 宛  
※申込書は市公式ホームページからダウンロードできます。

## △一定の条件を満たせば奨励金も出ます

北斗市保育士等人材バンクの登録者のうち、次の要件にあてはまる方に対して、奨励金を交付します。

●交付金額／1万円

## ●対象となる要件

- 北斗市保育士等人材バンクに登録時点で次の全てに該当する方
- 保育士養成施設を卒業した年度の末日から1年以上経過している方、または保育士試験に合格し、保育士登録簿に登録されてから1年以上経過している方
- 他の保育所に勤務していた場合、当該保育所等を退職した日から1年以上経過している方
- 暴力団等と密接な関係にない方
- 過去に本奨励金の交付を受けていない方

## ▼まずは気軽にご相談ください

働くにあたって、保育園や認定こども園、放課後児童クラブの仕事、子どもとの関わり方、保護者対応など、さまざまな質問にお答えし、相談に応じております。

保育や放課後児童クラブの仕事にご関心があれば、まずは市役所子育て支援課、または各法人にご相談ください。

※事業の詳細については市公式ホームページをご覧ください。

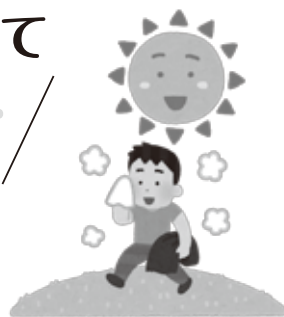


問 市役所子育て支援課保育係

「内線164」

こんにちは  
管理栄養士です

## 暑い夏こそしっかり食べて 夏バテ予防



夏バテや熱中症を未然に防ぐためには、水分補給だけではなく、朝一番の食事が大切です。日々の食事から、暑さに負けない丈夫な体をつくり、1日を元気に過ごしましょう。



### 朝食

人は寝ている間に水分が失われ、起床時にはすでに脱水状態です。朝食は、起床後の水分補給に加え、エネルギー補給とともに、水分の摂取・塩分の摂取ができます。また、主食だけでなく、たんぱく質や野菜などのおかずを組み合わせることで、ミネラルやビタミンの補給もできます。忙しい朝ではありますが、日々の規則正しい食生活で夏バテ・熱中症予防に努めましょう。

### アルコール

### 大量飲酒にご注意



アルコールには利尿作用があるため、通常より尿の量が増えます。飲酒量が多かった日の翌朝は、普段よりも体が脱水状態になっており、十分な注意が必要です。

### こまめな水分補給を忘れずに

暑い日は知らず知らずのうちに汗をかきため、活動量にかかわらず、こまめに水分を摂取しましょう。また、大量に汗をかいた時には、スポーツ飲料が望ましいですが、塩分のほか、中には多量に糖分を含むものもありますので、過剰摂取には気をつけましょう。



### 栄養相談を受け付けています

食事や栄養面で気になることはありませんか。相談を希望する際は、事前にご連絡ください。

保健福祉課 健康推進係 (内線155)