



梅雨が明けたら外へ出掛けよう！
お子様の無料自由研究ネタ特集！

梅雨が明けたらお出掛けムード！お子様は夏休みに差し掛かり自由研究のネタ探し！そんな皆様におススメの「無料」で楽しめるおススメ自由研究場所をご紹介します！
※予約制の場所もあるので要確認！

| ● スポット | ● 場所 | ● 紹介 | ● おすすめポイント | ● 予約●入場料 |
|-------------------|----------|-----------------|----------------|----------|
| 1 キューピー マヨテラス | 東) 調布市 | マヨネーズの全てがわかる！ | 実際の試食も可能♪ | 必要 0円！ |
| 2 グリコピア・イースト | 埼) 北本市 | グリコのお菓子の歴史がわかる！ | クイズに挑戦！ | 必要 0円！ |
| 3 キッコーマンもの知りしょうゆ館 | 千) 野田市 | 子供～大人まで楽しめる！ | 手作り醤油せんべい食べれる！ | 必要 0円！ |
| 4 野毛山動物園 | 神) 横浜市西区 | 小動物と触れ合いの場もあり♪ | レッサーパンダが見れる♪ | 不要 0円！ |
| 5 所沢航空記念公園 | 埼) 所沢市 | 日本発祥の航空の地 | でっかい航空機モニュメント！ | 不要 0円！ |
| ★ カインド・メディカル | 滋) 代々木 | 看護師さん専用スポット | あなたに合った求人見つかる！ | 必要 0円！ |

新宿・代々木にお越しの際はぜひカインドメディカルでエントリーお待ちしております！
こちらから



カインドの「ま・じ・め」な話
第3話 ～運動を味方に～ 夏バテ解消ヨガ

脚のむくみや疲れの解消、血流促進によって老廃物を押し流す効果が期待できるローランジというヨガのポーズの紹介です。下半身を強化し、カラダの中から熱を生み出すことで、夏のむくみや冷えを改善する効果があります。

やり方

- ①前屈の状態から手を床につけ、片足を両手の間、もう一方の足は大きく後ろに引く
- ②後ろに引いた足のかかとを押し上げ、足の裏側の筋肉の伸びを意識する
- ③そのまま5呼吸キープした後、反対の足も同様に行う

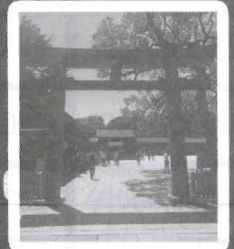
ポイント

後ろに伸ばしている足は、膝が曲がらないように太ももの裏側をしっかり引き上げることがポイント。

実際に無料体験してみました！

休憩時間を使っておたよりチームでJR代々木駅から徒歩でパワースポットに行ってみました♪

1 カインドメディカル本社があるJR代々木駅から歩くこと約10分新緑光る代々木口の鳥居です！



PART 2

2 今回は明治神宮の中でもパワースポットとして有名な清正井(きよまさのいど)へ。加藤清正が掘ったと伝えられる、都内有数の名湧水です。



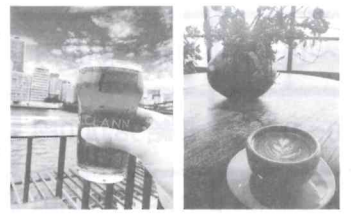
運氣上昇や仕事運、金運アップ、恋愛運があがるなど様々な噂があるようです。気の持ちようということでしょうか…？期待してみます♪

私の…
無料充実趣味コーナー！

スマートフォン1つで映える写真撮影！
モノ(ご飯・動物など)を撮る場合⇒ピントを合わせる
撮りたいモノにピントを合わせると他の背景がうま〜ぼやけるのでかっこよく写すことができます！方法は撮影の際に取りたいモノに画面を押すと黄色い四角い枠が出るのでそこに合わせるだけ！



撮った作品がこちら！→



お店のホームページでも使えるそうですね！他にも天候が悪い時に天候を変えるアプリもご紹介します！色々探してみてください♪

ココだけ求人！夜勤常勤厳選3件！

- 1 自立の方多い！見守り+介助中心病棟業務
金額：正550万円(経験8年) 病棟：一般病棟 回数：月10回
場所：埼玉県入間市 西武線 入間市駅徒歩7分
- 2 嬉しい救急外来夜勤常勤！幅広い年齢層活躍中！
金額：正520万円(経験10年) 病棟：救急外来 回数：月10回
場所：東京都板橋区 都営三田線 西台駅徒歩7分
- 3 レアなクリニック求人！透析ですが未経験でもOK！
金額：正500万円(経験10年) 病棟：透析クリニック 回数：月10回
場所：神奈川県 JR線 平塚駅よりバス

ク復活ポチャん夏

関西求人コーナー
夏に拠点を関西に移される登録者様！今のうちにご自身の新拠点の求人を見つけよう！
いち早くGETしましょう！ KANSAI

おたより限定求人QR！

准看護師様専用
助産師様専用

スマートフォンのカメラで読み取ると求人確認できます！(24時間アクセス可能！)
24H OK!



ご相談の方続々！！
夏に向けて転職する最後のチャンス！
就職相談会(ハハ)はこちら

