



東区東浜子どもプラザ 〒812-0055 東区東浜1-1-1
ゆめタウン博多2階



TEL: 092-292-5320

開館時間 10時～16時

休館日 毎週木曜、第3金曜

にこにこだより

2024年7月号

東区東浜子どもプラザは、株式会社OZ Companyが福岡市から委託を受けて運営しています。

暑い日が続いていますね。この時期は、体力や食欲が落ちたり、
睡眠が不十分になったりして夏バテしやすくなります。
生活リズムを整えながら元気に夏を乗り切っていきましょう。

イベント報告

お楽しみ会の様子



大型絵本や手遊びをして
あそびました。

作って遊ば製作の日



今回のテーマは「スイミー」たくさん
のさかな達ができました。

食育

ネバネバパワー



夏野菜が美味しい季節になりました。ヤマイモ・オクラ・モロヘイヤ・モズク・ワカメ
などこれらの食材に共通していることは《ネバネバ》です。このネバネバが子ども達の
腸内環境を整えてくれる働きをします。栄養価も高く、夏バテ防止にピッタリ!!!口当
りやのどごしもいいので是非ご家庭でもネバネバ食品を取り入れてみてくださいね。

◎オクラのおかか和え(レシピ)

1. オクラを水で洗い塩もみする。小さな鍋に水をいれ沸騰させる
2. 鍋に塩もみしたオクラを入れ2分茹でる、茹で上がったらずルに入れる
3. へたを取りオクラを刻む
4. かつお節、す醤油と一緒に混ぜる(出汁やお醤油も可)

保健のお話

夏にかかりやすい病気



夏風邪の代表であるエンテロウイルスやアデノウイルスなどは、高温多湿を好みます。
そして、感染すると下痢や腹痛、激しい咳などの症状が見られます。
他にも、「ヘルパンギーナ」「手足口病」「プール熱」なども夏にかかりやすい病気で
す。お子さんと一緒に手洗いをしっかりとされ、クーラー等で身体を冷やしすぎないな
ど、身体の免疫力を高めてみんなで予防をしていきましょう。

2024年 7月の行事



日	月	火	水	木	金	土
	1 作ってあそぼ! 製作の日	2	3 歯科相談	4 休館日	5 保育園・幼稚園 のお話	6 身体測定
7	8 音あそび	9 赤ちゃん 読み聞かせ	10 育児相談	11 休館日	12 香椎子どもプラザ コンシェルジュ の日	13
14	15	16 保育サービス 相談	17	18 休館日	19 休館日	20 身体測定
21 絵本講座	22	23 初めての 英語	24 育児相談	25 休館日	26	27 香椎子どもプラザ コンシェルジュ の日
28	29	30	31	悪天候や諸事情等により行事の変更、中止、臨時休館となる場合がございます。		

作ってあそぼ！製作の日 (予約不要)

7月1日(月) 10:45~15:15
親子で七夕飾りをつくります。



育児相談 (事前予約)

7月10日(水) 10:10~11:40
7月24日(水) 10:10~11:40
東区子育て相談員による育児相談が受けられます。

(事前予約) 6名迄

7月3日(水) 10:30~11:30

歯科相談

ひろえ歯科
当日は、歯をみていただいたり、
フッ素をしていただきます。



香椎子どもプラザコンシェルジュの日

7月12日(金) 午前中
7月27日(土) 午前中 (予約不要)
香椎子どもプラザの子育て支援コンシェルジュさんが
来ます。

ミニ講座「保育園・幼稚園のおはなし」

7月5日(金) 10:00~12:00
東区子育て支援コンシェルジュ
香椎子どもプラザコンシェルジュによる
保育園・幼稚園へ入園に向けてのお話があります

保育サービス相談 (事前予約)

7月16日(火) 10:00~12:00
教育・保育サービス(保育所(園)、幼稚園、
一時預かり事業)について、東区子育て支援
コンシェルジュによる相談が受けられます。

身体測定 (予約不要)

7月6日(土) 10:00~15:30
7月20日(土) 10:00~15:30



「ファザーリングジャパンによる絵本講座」

7月21日(日) 10:45~11:15 (予約不要)
ファザーリングジャパンによる、絵本の
読み聞かせ。ぜひ、ご家族みなさんで参
加してください!



音あそび

7月8日(月) (予約不要)
①10:45~11:15
②14:30~15:00

音に合わせて、お子様と触れ合いを楽しみましょう



赤ちゃん読み聞かせ (予約不要)

7月9日(火) 14:30~15:00
乳児向けの絵本の読み聞かせをします。

初めての英語 (予約不要) 対象年齢：1歳以上

7月23日(火) 14:00~14:30
英語で楽しく遊みましょう♪



☆お願い☆ イベントの複数予約はご遠慮ください。
事前予約については6月25日から予約を開始します。