



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

にこにこだより

TEL : 092-292-5320

開館時間 10時～16時

休館日 毎週木曜、第3金曜

2025年2月号

HP



Instagram



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。

暦の上では立春を迎えていますが、もう少し寒い日が続きそうですね。気持ちだけでも春のつもりで、皆さんを温かく迎えたいと思います。



節分では、どうして豆をまくの？



節分は冬から春への季節の変わり目です。暦の上では、春になる立春の前日が節分になります。この日に「鬼は外」「福は内」という声を掛けながら豆まきをすることで、邪気をはらい福を呼び込むと考えられています。一年健やかに過ごせますように！



大豆の栄養～畑のお肉～

節分では、大豆をまきますね。大豆は豆類の中でもたんぱく質が豊富。大豆に含まれるたんぱく質には、コレステロールを減らす、糖質の代謝を促進する、脂肪を燃焼させやすくする働きがあります。肉や魚、卵などの「動物性たんぱく質」に比べても効能は劣らず、場合によってはそれを上回るとも言われています。節分に限らず普段から食事に取り入れていきたいですね。

大豆の代表的な食べ物

- ・豆腐・納豆・みそ・醤油・油揚げ・おから
- ・がんもどき・豆乳・きな粉・ゆば



子どもの皮膚

冬は特に乾燥からくる肌荒れが問題になるので保湿を心がけましょう。みずみずしく見える0,1,2歳児の肌ですが、実は大人よりも表面を覆っている表皮がずっと薄いので乾燥しやすく、また、皮脂の分泌量も少ない為、バリア機能も低く、汚れや汗などの刺激ですぐに荒れたり、かぶれたりする事もあります。肌に合った保湿クリームなどをこまめに塗って、水分を補いましょう。



地域支援延期のお知らせ

2月に予定していました地域支援ですが、3月に延期となります。講座内容についても変更になる可能性があります。詳細はホームページ並びにインスタにてお知らせいたします。






2025年 2月の行事



日 月 火 水 木 金 土

						1
2 節分あそび (予約不要) 10:45~15:15 親子で節分の鬼のバックをつくります。	3	4 香椎子どもプラザ コンシェルジュの日 (予約不要) 午前中 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。	5 育児相談 (事前予約) 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。	6 休館日	7 作ってあそぼ！ 製作の日 (予約不要) 10:45~15:15 親子で手袋の製作をします。	8 地域子育て相談 (予約不要) 10:00~11:40 福岡市児童家庭支援センター「SOS子どもの村」の方が来館されます。
9	10 身体測定 (予約不要) 10:15~15:15 	11 地域子育て相談 (予約不要) 10:00~15:00 福岡市児童家庭支援センター「SOS子どもの村」の方が来館されます。	12 歯科相談 (事前予約6名迄) 10:30~11:30 ひろえ歯科(ゆめタウン内)院長に歯の相談ができます。	13 休館日	14	15
16 ファザーリング ジャパンによる 絵本講座 (予約不要) 10:45~11:15 ファザーリングジャパンによる、絵本の読み聞かせ。	17	18	19 はじめての英語 (予約不要) 対象年齢1歳以上 10:30~11:00 歌にあわせてはじめてのABC♪	20 休館日	21 休館日	22 香椎子どもプラザ コンシェルジュの日 (予約不要) 午前中 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。
23	24 身体測定 (予約不要) 10:15~15:15 	25 保育サービス相談 (午前) (事前予約) 10:00~12:00 地域子育て相談 (午後) (予約不要) 13:00~15:00	26 赤ちゃんの抱っこの仕方とからだの発達について (予約不要) 10:45~11:30 赤ちゃんの抱っこの方法等を知ることが出来ます。	27 休館日	28 赤ちゃん 読み聞かせ (予約不要) 14:30~15:00 乳児向けの絵本の読み聞かせをします。	

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。

☆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1月20日から予約を開始します。