

こもこも

こがでもっと! こ育て楽しも!



特集 | ゆとり時間つくろ!

乳幼児親子のおでかけ情報

こもこもカレンダー (7・8・9月)

おすすめ絵本

おもちゃのはなし

もぐもぐ夏レシピ



「こもこも」への
ご意見、感想等ぜひお寄せ下さい!

親子で楽しめる
場所みつけた!

こんな情報
知りたい!

こんな特集
してほしい!

ししぶ児童センターへ
取材に行きました
詳細は裏表紙をチェック!



kateisien@city.koga.fukuoka.jp
(古賀市子育て支援課 家庭支援係まで)

ゆとり時間をつくる

育児に家事に仕事に頑張るママが、一番欲しいもの。それは、ほっと一息できる時間ではないでしょうか。ゆとり時間を「つくる」工夫をママたちに聞いてみました。

寝かしつけを見直す

なかなか寝てくれません。もう少し早く寝てくれたらゆっくりできるかも…

3時過ぎたら
昼寝させません

休日も平日と
同じ生活リズムに
しています

7時半に歯磨きをして、
読み聞かせをして、8時には寝る
と家族で決めています

パパの帰宅時間が寝かしつけとかぶると
子どもが起きてしまうので、少し時間を
ずらしてもらうため連絡を取り合っています

就寝2時間前には電気を
暗くしています。
夜は電球色で過ごして
蛍光灯は使いません

夜はパパと会えない分、朝遊んで
もらっています

寝る前の手順を
同じにしています

寝たふりは本気で！
寝息といびきは大きめに！

ご飯の後は、テレビ
などの電子機器を
オフにしています

MEMO

早寝早起きのリズムを作ってあげることは子どもの育ちにとっても大切です。ママにもゆとりができますね。

家事を見直す

1日中家事に追われて
いるような…

朝その日の夕食まで
作っています。献立は
一週間分まとめて考え
ています

おかずは、土日パパがいる間に
まとめて作り置きしています

時々お友だちを家に呼ぶと、
すごいスピードで家が片付きます。
気分転換にもなって一石二鳥

自分のお昼もお弁当に
して朝作るとゆとりが
できます

買って来た野菜はすぐに
カットして保存します

空き時間ができたらすぐできる
ように、やりたいことを付箋に
書いて貼っておきます

洗濯物は家族みんなで
楽しくたたみます

掃除機にこだわらず、ほうきを
使います。音もしないし部分的に
サッと綺麗になりますよ

子どもが寝てからしていたアイロン
などの家事を、子どもが3歳を過ぎ
てからは昼間にしています。
夜に余裕ができました

洗濯は朝に
こだわらず、
夜にしています

甘酢、にんにく醤油など
手作り調味料を作っておく
と時短になります

MEMO

順番を変えるだけで
時短につながることも
ありますよ。

ママ一人で頑張りすぎない

実家は頼りません。パパも一人で子どもをみるのは不安そう...

最初は30分から、機嫌のいい時間に人に預けてみて、少しずつ時間を増やしていきました

夕飯を作れない時は、パパに仕事帰りにお弁当を買ってきてもらいます

夜の自分時間をあきらめて寝かしつけと同時に寝るようにしたら、体が軽くなりました

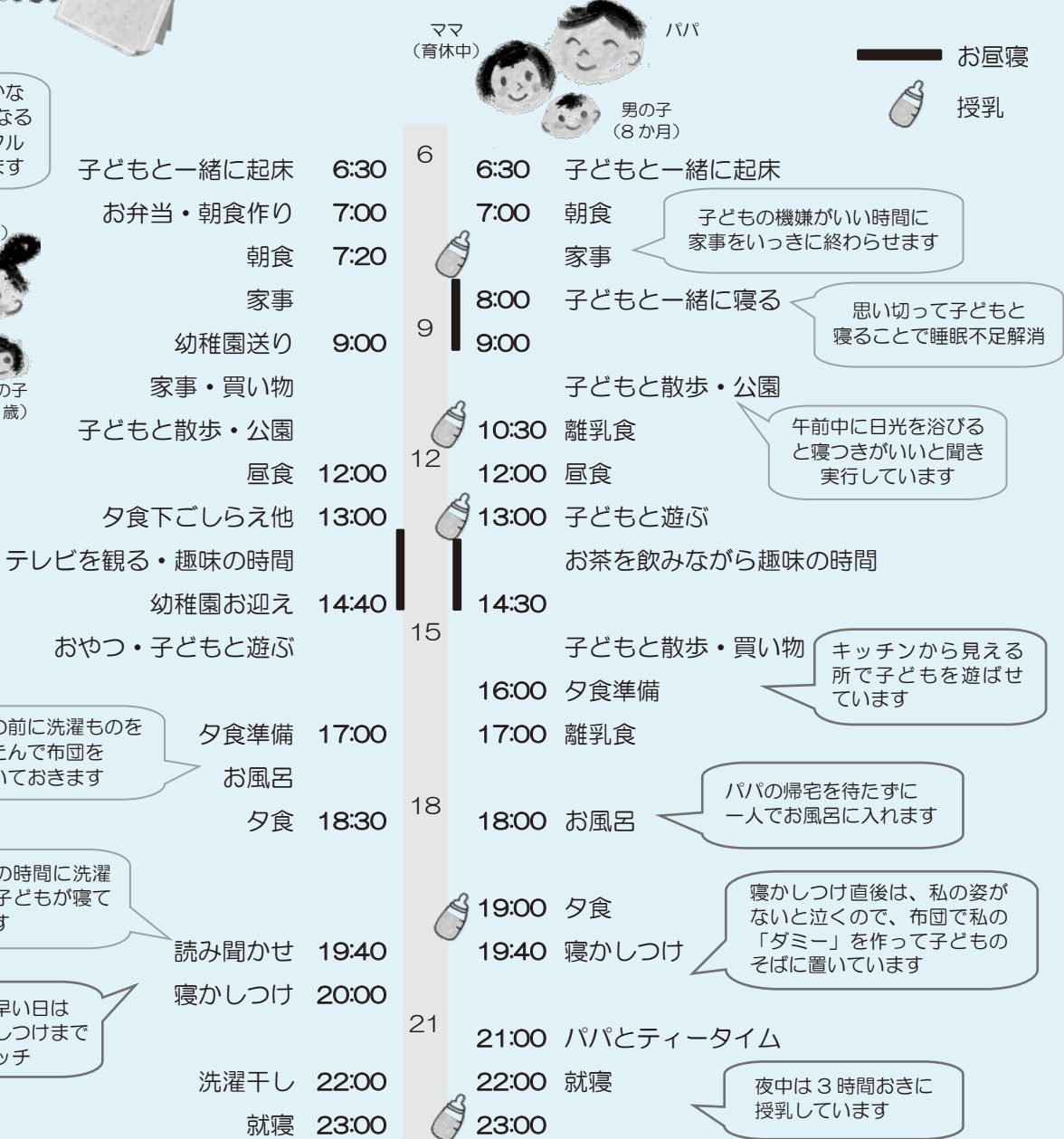
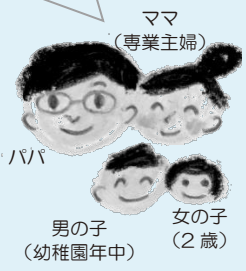
子どもの機嫌に振り回されて何も出来ない日は、家事は手を抜いています

MEMO
一時預かりやファミサポなども利用できますよ。(4ページ参照)

スケジュール見せて!

生活のサイクルは人それぞれ。自分なりのゆとりテクを見つけるには、一日のスケジュールを書き出してみるのがおすすめです。一番悩みの多いのが寝かしつけ。うまくいっているママのある一日をのそいでみましょう。

もちろんうまくいかない日もあるけれど、なるべく毎日同じサイクルになる様にしています



子どもの機嫌がいい時間に家事をいっきに終わらせてます

思い切って子どもと寝ることで睡眠不足解消

午前中に日光を浴びると寝つきがいいと聞き実行しています

キッチンから見える所で子どもを遊ばせています

パパの帰宅を待たずに一人でお風呂に入れます

寝かしつけ直後は、私の姿がないと泣くので、布団で私の「ダミー」を作って子どものそばに置いています

夜中は3時間おきに授乳しています

お風呂の前に洗濯ものをたたんで布団を敷いておきます

読み聞かせの時間に洗濯しておき、子どもが寝てから干します

パパの帰宅が早い日はお風呂から寝かしつけまでバトンタッチ

古賀市の一時預かり保育

保護者の病気、出産、冠婚葬祭、リフレッシュなど、昼間一時的に保育ができない場合に利用できます。

	施設名	保育料(1時間)	利用時間	対象
認可保育所	花見光保育園 千鳥 1-6-21 ☎092-944-1152	0歳児 600円	月・金 8:30-17:30 休み(土・日・祝日・お盆・年末年始) 時間外保育有り	6ヶ月～就学前 保育所入所児不可 古賀市内児童優先
	庄ひかり保育園 今の庄 2-4-1 ☎092-943-3531	1歳児 500円		
	花鶴どろんこども園 花鶴丘 1-12 ☎092-943-5005	2歳児 400円		
	ほづみ保育園 新久保 1-3-24 ☎092-944-0467	3歳児以上 300円 月極保育有り 給食費・おやつ代別途		
届出保育施設	ひまわり保育園 中央 1-6-4 ☎092-940-2220	0歳児 800円/1歳児 600円 2・3歳児 550円 4・5歳児 500円 給食費(おやつ代込)300円	平日・土曜 7:30-19:00 休み(日・祝日・お盆・年末年始)	6ヶ月～就学前 保育所入所児不可 市外可
	松武キッズアカデミー 花鶴丘保育園 花鶴丘 1-7-5 ☎092-943-5510	0歳児 800円/1歳児 600円 2・3歳児 500円 4・5・6歳児 450円 給食費 330円 おやつ代 1回 100円	平日・土曜 7:30-19:00 休み(日・祝日・お盆・年末年始)	5ヶ月～小学3年生 保育所入所児可 市外可
	ちゅうりっぷ保育園 天神 1-4-1 ☎092-943-8731	月～土 500円/1時間 日・祝 600円/1時間	昼食/飲み物/おやつ持参 18時以降は延長料金	0歳～小学3年生 市外可

※変更になることがありますので、直接各保育園へお問合せ・お申込みください。

古賀市ファミリー・サポート・センター

「おねがい会員」に登録すると「まかせて会員」を紹介してもらえます。まかせて会員の自宅で子どもを預かってもらうほか、保育施設の送迎、学童開始前や終了後の支援なども可。ただし、まかせて会員の都合がつかない場合があります。会員になるには講習受講が必要です。申請手続きは年2回(6月、12月)。

問合せ：子育て支援課家庭支援係 つどいの広場でんでんむし Tel:092-942-1183

社会福祉法人 古賀市社会福祉協議会

まかせて安心サービスとして、産前・産後の援助や子育て援助をしています。(掃除、洗濯、調理、買い物など)

問合せ：古賀市社会福祉協議会 Tel:092-944-2941



夏のおでかけ情報

場所	日時	内容
つどいの広場 でんでんむしで水遊び	7/13 8/24 時 9:00～	無料&予約不要で水遊びができます。☑ 未就園児と保護者 持 水着、着替え、タオル、水筒、水遊びパンツ(必要な子)
サンコスモ古賀 すこやかホール 夏休み限定! わんぱくTime	7/20 7/24 8/3 8/10 8/17 時 13:30～15:30 8/21 8/23 8/24 8/28 時 10:00～12:00	運動コーナー/手先遊びコーナーで親子で楽しく安全に遊べます。 子育てサポーターが見守ります。☆8/24は水遊びもできます♪ ☑ 主に2歳児以上と保護者
米多比児童館 こめこめくらぶで水遊び	7/11 7/13 9/5 9/7 時 10:00～11:00	無料&予約不要で水遊びができます。☑ 未就園児と保護者 持 水着、着替え、タオル、水筒、水遊びパンツ(必要な子)

問合せ：でんでんむし水遊び/わんぱくTime…でんでんむし ☎ 092-942-1183 こめこめくらぶ…米多比児童館 ☎ 092-946-3642

※詳細はお問合せください。都合により変更になる場合があります。

こもこもカレンダー (7月・8月・9月)

7月

マークの説明：📖=おひざにだっこ 🏠=ただけのこ文庫

月	火	水	木	金	土	日
					1 📖こもの どうおはなし会	2
3 あいあい 🏠 📖花見1区	4 まいまい こめこめくらぶ ぼこあぼこ 離乳食教室 てんし組(暁) おそらのしたで	5 ブックスタート 📖 ぼぼっと遊び ひよこくらぶ(や)	6 はなはな こめこめくらぶ	7 にこにこ	8 📖こもの どうおはなし会 ファミサポ講座①	9 セカンドブックおはなし会 子ども映画会
10 あいあい 📖 おもちゃの病院 🏠 ひよこくらぶ(や) こがも つくしんぼ	11 1歳6ヶ月児健診 まいまい こめこめくらぶ ぼこあぼこ ひよこくらぶ(花) ほっとサロン	12 赤ちゃんおはなし会 ぼぼっと遊び 森の親子ひろば	13 はなはな こめこめくらぶ	14 7ヶ月っこ広場 びっころ にこにこ 森のクノッペン教室	15 📖こもの どうおはなし会	16
17	18	19 小さい子のおはなし会 こもど	20 あんだんて	21 1歳誕生広場 森のクノッペン教室	22 どうおはなし会	23 プレーパーク おはなし会スペシャル ファミサポ講座②
24	25 3歳児健診 ひよこくらぶ(花)	26 森の親子ひろば ひよこくらぶ(や)	27 らっこくらぶ 📖花見2区 あんだんて	28	29 どうおはなし会 ファミサポ講座③	30
31						

■PICK UP !

古賀市立図書館

「おはなし会スペシャル」

古賀市内の6つの文庫が大集合！
ストーリーソング/作って遊ぼう など

📅 7/23(日)
🕒 14:00-15:00
📍 リーパスプラザこが 歴史資料館
中会議室(図書館二階)
👤 おはなしが好きな人 料 無料

「小学生向きおはなし会」

📅 8/1(火) 8/17(木) 8/23(水)
🕒 14:00-14:30
※8/23は11:00-11:30
📍 としょかん「こがめルーム」
👤 絵本やお話が好きな人 料 無料

「子ども映画会」

📅 7/9(日) 8/13(日) 9/10(日)
🕒 14:00-15:00
📍 リーパスプラザこが 歴史資料館
中会議室(図書館二階)
👤 映画が好きな人 料 無料
📞 古賀市立図書館 Tel.092-942-2561

子どもの本の講座

「絵本作家 きむらゆういち講演会」

一部 講演会「絵本が育てる子どものゆめ」
二部 「作って遊ぶ工作教室」

📅 9/18(祝・月)
📍 リーパスプラザこが
多目的ホール
🕒 一部 10:00-11:30
二部 13:00-14:30
👤 一部は大人、二部は親子
料 無料
📞 たけのこ文庫 Tel.092-943-7541(草野)



「あんだんて」 9/1受付開始

<初めてのママと赤ちゃんのための全6回のプログラム>
あやうしたとベビーマッサージ&交流会で初めてのママが
知りたいこと聞きたいことを楽しく学びあう場。
体にやさしいお茶とおやつティータイムあり。

📅 第3、4木曜 午前10:00-12:00/午後13:30-15:30
👤 第1子(3~8ヶ月)の赤ちゃんとママ(親子8組4グループ)
料 無料 申込み「あんだんて」(3か月に1回)
📍 イオンモール福津HP>イベントニュースから
📞 ふくつ子どもステーション
すてっぴ
Tel.090-5080-3581(佐伯)



古賀新宮子ども劇場 舞台鑑賞

「KIPEKAPEKA~ちやうちようのおはなし~」 (演劇集団 遊玄社)

📅 9/10(日)
🕒 11:00~ / 15:00~(開場15分前)
👤 乳幼児とその保護者
📍 福津市中央公民館研修室1・2
申込み/問合せ NPO法人古賀新宮子ども劇場
Tel.092-944-1936 ※詳しくはお問い合わせください



古賀新宮子ども劇場 舞台鑑賞

「みてても、いい?」 (人形芝居 ひつじのカンパニー)

📅 9/18(祝・月)
🕒 13:30~ / 16:30~(開場15分前)
👤 乳幼児~小学校低学年とその保護者
📍 ふくとびあ健康プラザ
申込み/問合せ NPO法人古賀新宮子ども劇場
Tel.092-944-1936 ※詳しくはお問い合わせください



子育て支援事業

◇=対象者は個別お知らせあり。

📍 子育て支援課家庭支援係
つどいの広場 Tel.092-942-1183
📍 サンコスモ古賀すこやかホール

◇ブックスタート

絵本配布/育児相談
🕒 10:30-11:30
👤 4か月児と保護者

7ヶ月っこ広場

身体測定/交流会/育児相談
🕒 10:00-12:00
👤 7か月児と保護者

1歳誕生広場

身体測定/誕生会/育児相談
🕒 10:30-12:00
👤 1歳児と保護者

おもちゃの病院

※会場が205号室の場合あり
🕒 13:00-15:30
料 おもちゃ1個につき100円

ファミサポ講座 要予約

📅 7/8 7/23 7/29
🕒 10:00-12:00
👤 ファミサポ会員希望者

【予防健診課】離乳食教室 離乳食のお話/試食

🕒 9:30-11:30 料 無料 場 サンコスモ古賀すこやかホール
👤 5ヶ月から1歳までの乳児をもつ保護者(20組)
📞 予防健診課 Tel.092-942-1151

2歳元気っこ広場

身体測定/交流会/育児相談
🕒 9:00受付 9:30~
👤 2歳までの乳児をもつ保護者(15組)

要予約

※8月はこめこめくらぶはお休みですが、米多比児童館「こめこめルーム」は10:00-17:00まで開放しています。
 ※ミニつどいの広場・たけのこ文庫は夏休み期間中はお休みです。

月	火	水	木	金	土	日
	1 離乳食教室 おそらのしたで 小学生向きおはなし会	2 ブックスタート	3 Ⓧ花見2区	4	5 どうおはなし会	6
7 Ⓧ花見1区	8	9 森の親子ひろば 赤ちゃんおはなし会	10 森のクノッペン教室	11	12 どうおはなし会	13 セカンドブックおはなし会 子ども映画会
14 おもちゃの病院	15	16 2歳元気っこ広場 小さい子のおはなし会	17 あんだんて 小学生向きおはなし会	18 7ヶ月っこ広場	19 どうおはなし会	20
21	22 1歳6ヶ月児健診 ひよこくらぶ(花)	23 森の親子ひろば こもど 小学生向きおはなし会	24 Ⓧ花見2区 あんだんて	25 1歳誕生広場 森のクノッペン教室	26 どうおはなし会	27 プレーパーク
28	29 3歳児健診	30	31			

ほっとサロン

子育て支援事業

つどいの広場でんでんむし

場 サンコスモ古賀
回 月～金
時 9:00-16:00
対 未就学児と保護者

ミニつどいの広場

対 未就学児と保護者
時 10:00-11:30

※事前予約不要
※登録(無料)は1箇所のみでしてください。

- 月 青柳小学童 あいあい
- 火 花見小学童 はなはな
- 木 舞の里小学童 まいまい
- 金 西小学童 にこにこ

問 子育て支援課家庭支援係
つどいの広場 Tel.092-942-1183

※プログラムの内容については、各施設にお問い合わせください。

ししび児童センター

ししび児童センター

親子で自由遊び。食事もOK!
回 水～月(火/祝日/年末年始休み)
時 10:00-15:00
対 未就学児と保護者
問 Tel.092-942-6628

米多比児童館

幼児教室 こめこめくらぶ

プログラムあり。
回 火・木 時 10:00-11:00
対 未就学児と保護者
問 Tel.092-946-3642

千鳥児童センター

ぼぽっと

親子で自由遊び。食事もOK!
回 水～金
時 10:00-14:00
※プログラム開催時はそちらに参加

ぼぽっと遊び(お話しミニシアター等)

回 毎水 10:30-11:00
ぼこあぼこ(音楽あそび)
回 月2回火 10:30-11:00
対 未就学児と保護者
問 Tel.092-942-1244

保育園・こども園の開放

花見ひかり保育園「マザーズルーム」

回 月～金 時 9:00-14:00
対 未就学児と保護者
※子育てホットライン 9:00-17:00
問 Tel.092-944-1152

- 鹿部保育所 Tel.092-943-6164
- 五所保育園 Tel.092-942-4422
- 花鶴どろんここども園 Tel.092-943-5005
- ぼづみ保育園 Tel.092-944-0467
- 庄刈り保育園 Tel.092-943-353
- 久保保育園 Tel.092-942-3407
- 花見あおぞら保育園 Tel.092-940-2535
- 舞の里パティ保育園 Tel.092-942-2000
- 恵あおぞら保育園 Tel.092-946-3801

幼稚園の子育て支援事業

※日程等変更になる場合があるので、詳細は各幼稚園にお問い合わせください。

暁の星幼稚園 てんし組

時 9:00-11:00 園庭開放、部屋の見学
11:00-11:30 在園児と一緒に活動
対 2歳～未就学児と保護者
問 Tel.092-944-1151

花鶴丘幼稚園 ひよこくらぶ

時 10:30-12:00 **要予約**
対 2歳～4歳の未就学児と保護者
※初回のみ名札代100円徴収
問 Tel.092-944-1023

やまびこ幼稚園 ひよこくらぶ

時 10:30-12:00 **要予約**
対 2歳～4歳の未就学児と保護者
問 Tel.092-946-3388
※同じ内容の場合はどちらか一方のみ参加

どなたでも無料で参加できます

プレーパーク

回 第4日曜 時 10:00-15:00
対 幼児～大人まで 場 千鳥ヶ池公園 憩いの丘
問 NPO法人古賀新宮子ども劇場 Tel.092-944-1936

おそらのしたで♪

回 第1火曜 時 10:00-12:00
対 乳幼児と保護者
場 グリーンパーク ピクニック広場
問 地域で子育て応援の会 Tel.090-9580-4800 (かけはし)

森の親子ひろば スウェーデンの森のオープンプレスクール

毎回同じ散策コースで、リーダーと森の動物(ぬいぐるみ)を訪ねます。子どもが発見した5つの動物の歌を歌い、草花にもふれあいます。小さな冒険の後はランチ交流し、親子で仲良くなる楽しいプログラムです。年5回、生の舞台(人形劇やお芝居や音楽)も親子で楽しめます。

回 7/12 7/26 8/9 8/23 9/6 9/20
料 月1600円 時 10:30-12:00
対 6ヶ月児～1歳児親子 場 千鳥ヶ池公園
問 NPO法人古賀新宮子ども劇場 Tel.092-944-1936

森のクノッペン教室 スウェーデンスタイル

森の親子ひろば1-2歳版が始まりました。

回 7/14 7/21 8/10 8/25 9/15 9/22
料 月1600円(年5回の舞台鑑賞含)
時 10:30-12:00
対 1～2歳児親子 場 花見海岸の松林
問 NPO法人古賀新宮子ども劇場
Tel.092-944-1936

保育園開放については毎月発行の「行事予定表-広報こが“お知らせ版”」をご覧ください。内容により有料の場合があります。日時など詳細は各保育園にお問い合わせください。

月	火	水	木	金	土	日
				1	2 📖こもの どうおはなし会	3
4 📖花見1区	5 📖ぼこあぼこ てんし組(暁) おそらのしたで	6 📖森の親子ひろば ぼぼっと遊び	7	8 📖ブックスタート	9 📖こもの どうおはなし会	10 📖子ども劇場舞台鑑賞 セカンドブックおはなし会 子ども映画会
11 📖つくしんぼ おもちゃの病院	12 📖1歳6ヶ月児健診 ひよこくらぶ(花) ぼこあぼこ てんし組(暁)	13 📖ぼぼっと遊び 赤ちゃんおはなし会	14	15 📖7ヶ月っこ広場 びっころ 森のクノッペン教室	16 📖こもの どうおはなし会	17
18 📖子ども劇場舞台鑑賞 きむらゆういち講演会	19 📖離乳食教室 📖こめこめ てんし組(暁)	20 📖ぼぼっと遊び 森の親子ひろば 小さい子のおはなし会 こもど	21 📖あんだんて	22 📖1歳誕生広場 森のクノッペン教室	23 📖どうおはなし会	24 📖プレーパーク
25 📖こがも	26 📖3歳児健診	27 📖ぼぼっと遊び ひよこくらぶ(や)	28 📖らっこくらぶ 📖花見2区 あんだんて	29	30	

中学校での子育てサロン

料 無料 時 10:30-12:30
対 0歳~未就園児と保護者

こがも
場 古賀北中用務員室
日 7/10 9/25

つくしんぼ
場 古賀東中用務員室
日 7/10 9/11

びっころ
場 古賀中1階図書館内
日 7/14 9/15

主催 ふくつ子どもステーション すてっぶ
協力 NPO法人古賀新宮子ども劇場
古賀子育て支援課
問 Tel.090-5080-3581(すてっぶ 佐伯)

子育てサロン 子どもの安心して遊ぶ、ママはゆったりできる場

📖公民館の子育てサロン 料 無料

ふらっと子連れでほっとサロン
親子で自由遊び・庭遊び。
日 毎週火曜 時 10:00-14:00 対 0歳~未就園児と保護者
場 NPO法人古賀新宮子ども劇場事務所
料 50円(コーヒーやおみそ汁を準備しています)
主催 NPO法人古賀新宮子ども劇場 問 Tel.092-944-1936

花見東1区公民館 **こもの公民館**
読み聞かせ/わらべうた・遊具あり 読み聞かせ/本の貸出、自由遊び。
日 第1月曜 時 10:30-11:30 日 第1・2・3土曜
対 未就園児と保護者 時 10:00-12:00
主催 花見東1区福祉会 対 0歳~大人まで
協力 古賀子どもの本の交流会 問 Tel.080-1770-9453(吉住)
問 Tel.092-943-4261(加来)

花見東2区公民館「おんぶらーじゅ」
読み聞かせ/わらべうた・遊具あり ※コスモス館の移動販売がきます。
日 第4木曜 時 10:00-12:00 対 未就園児と保護者
主催 花見東2区民生児童委員 問 Tel.092-943-9352(青木)

ワクワク子育て講座

子どもの年齢別に小グループに分かれ楽しく子育てを学べママ同士も仲良くなる場

「こもどⅠ」
時 第3水曜 10:30-12:00
対 0~未就学児とママ12組

「こもどⅡ」
時 第3水曜 13:30-15:00
対 0~未就学児とママ18組

場 イオンモール福津2階イオンホール
Tel.092-942-2561

申込み「こもど」毎月1日 受付開始
イオンモール福津HP>イベントニュースから
問 ふくつ子どもステーション すてっぶ
Tel.090-5080-3581(佐伯)

古賀市立図書館

赤ちゃんおはなし会
日 第2水曜
時 11:00-11:20 11:40-12:00
対 0歳児と保護者

小さい子のおはなし会
日 第3水曜
時 11:00-11:30
対 1~3歳児と保護者

どうおはなし会
日 毎週土曜
時 11:00-11:30
対 幼児~大人まで
場 古賀市立図書館こがめルーム 問 Tel.092-942-2561

セカンドブックおはなし会
絵本配布
日 第2日曜 時 11:00-11:30
対 通知が届いた親子
問 Tel.092-942-2561

読み聞かせ

おひざにだっこ 📖 読み聞かせ/わらべうた/本の貸出し
対 0歳児~と保護者・妊婦さん
問 Tel.092-943-7541(草野)

公務員住宅集会所 主催 たけのこ文庫
日 第2月曜 時 10:30-11:30

古賀北区公民館 主催 古賀子どもの本の交流会
日 第1水曜 時 11:00-12:00

さや団地集会所 主催 古賀子どもの本の交流会
日 偶数月第1日曜 時 10:30-11:30

らっこくらぶ(古賀北中) 読み聞かせ/本の貸出し

日 第4水曜 時 10:00-10:30
場 古賀北中学校3階図書室 対 未就園児と保護者
主催 見つめるタイム 問 Tel.092-943-4550

たけのこ文庫 📚 読み聞かせ/本の貸出しあり
日 毎週月曜 ※春・夏・冬休み・祝日は休み
時 15:30-17:30(読み聞かせ16:00~)
場 公務員宿舍古賀住宅集会所
対 乳幼児~小学生
問 Tel.092-943-7541(草野)

子育て

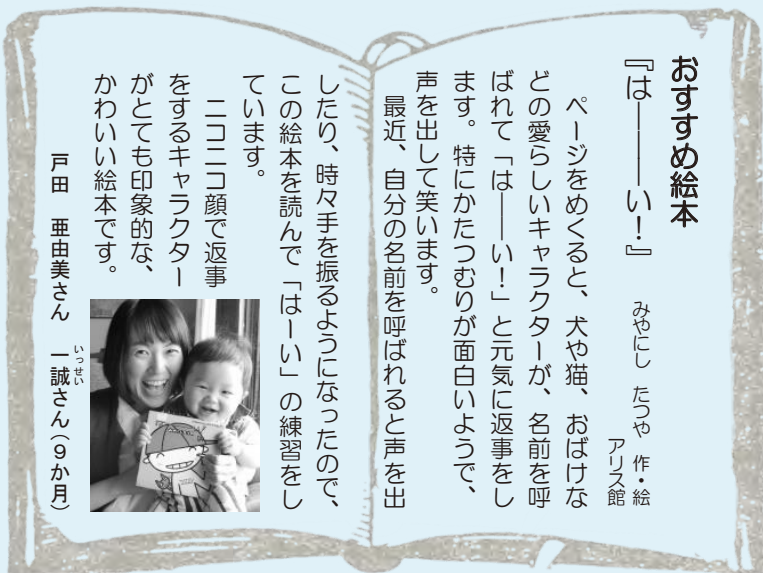
いまおかし

～日焼けは健康の証？ の巻～

1998年、母子手帳から「日光浴」の記載がなくなりました。極端に紫外線を避ける生活も問題ですが、紫外線の害の方が大きく「外気浴」で十分と変わってきたためです。日差しの強くなる季節。暑さ&紫外線対策をしっかりして、ママも赤ちゃんも快適に過ごしたいですね。

ポイント

- こまめに汗を拭いたり、着替えをさせてあげましょう。
- エアコンは温度を下げすぎず、子どもに直接風があたらないようにすると◎ OFFの時間も必要です。
- ベビーカー・チャイルドシートの熱に要注意。シェードや保冷材などを活用し、直射日光が当たらないように。
- 室内でも熱中症の危険があります。水分補給を忘れずに。



おすすめ絵本

『はーいーいー』

みやこ たつや 作・絵
アリス館

ページをめくると、犬や猫、おばけなどの愛らしいキャラクターが、名前を呼ばれて「はーいーいー」と元気に返事をします。特にかたつむりが面白いように、声を出して笑います。

最近、自分の名前を呼ばれると声を出したり、時々手を振るようになったので、この絵本を読んで「はーいーいー」の練習をしています。

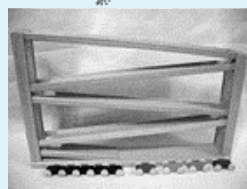
ニニコ顔で返事をするキャラクター

がとても印象的な、かわいい絵本です。

戸田 亜由美さん 一誠さん(9か月)

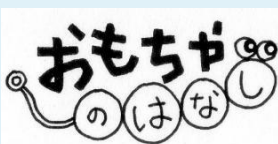


でんでんむしにあるよ。遊びに来てね



トレインカースロープ (バック社)

でんでんむしの先生より



トレインカースロープ

このおもちゃは、みんな大好きででんでんに来ると一番に手に取り遊び始める人気のおもちゃです。車が上から下へ落ちていく単純な動きですが、しっかり目で追い繰り返し楽しんでます。追視のおもちゃは、脳に刺激を与え、脳の神経回路を発達させます。他にも玉を転がしたり音が鳴るおもちゃもたくさんあり、大人も子どもも集中して楽しんでますよ。

もぐもぐ夏レシピ

簡単！おやつレシピ「麦茶わらび餅」

材料 (基本分量)

- 麦茶 (ほうじ茶、抹茶など) …200cc
- 片栗粉…30～40g
- 砂糖…50g
- 塩…2つまみ
- きな粉 (お好み)
- 黒蜜 (お好み)



作り方

- ①鍋に麦茶、片栗粉、砂糖、塩を入れ、中火でよく混ぜる。白濁してきたら弱火にし全体が透き通るまで混ぜ続けます。完全に透き通ったら、さらに30秒ほど混ぜて火を止めます。
- ②①を水で濡らした型に平らに流し入れ、氷水で型ごと冷やします。※濡れたスプーンなどですくいながら氷水に落とす方法もあります。※冷蔵庫に入ると固くなります。
- ③冷えたら型から取り出し、濡らした包丁で好みの大きさに切ります。※お好みできな粉や黒蜜をかけても◎。

NEW ししび児童センター
ししび交流センター2階

平日午前中は幼児向けの木のおもちゃが沢山用意してあります。レンジとポットがあり、お弁当などの持ち込みもOK(ごみは各自持ち帰り)一日ゆっくり遊べます。絨毯敷きの部屋や置き畳もあるので、小さい子も安心。大きい子はボルダリングもできます。目の前には日吉公園があります。

- 料 無料 ※初めての方は登録が必要。未就学児は保護者同伴。
 時 10:00～
 乳幼児 15:00 まで
 小学生 18:00 まで
 中学生 20:00 まで
 休 毎週火/祝日/年末年始
 対 古賀市にすんでいる人
 問 ししび交流センター
 Tel.092-942-6628



次号 2017年10月発行予定
特集「ようちえん、どうする?(仮)」

本誌へのご意見ください!

古賀市子育て支援課 家庭支援係
092-942-1159
kateisien@city.koga.fukuoka.jp
fax:092-942-1154

編集後記

- 今年も楽しい楽しい夏休みがやってきますね！タープとテント準備OK！庭プールも準備OK！あとは私の覚悟だけ。(井出・息子7歳、娘4歳)
- 「未就園児」が遊べる場所で過ごした昨年の夏。娘が幼稚園に入園した今年の夏、さて、どこで何して過ごそうか…。(吉武・娘4歳)
- 新しく編集部員になりました。もうすぐ1歳の息子は元気いっぱい！こもこもの情報を頼りに、いろんな所へお出かけしています。(清水・息子11か月)
- ママの心=子どもの環境だとか。はかどらない家事やマイペースな家族についてイラっとする毎日。ゆとり、欲しいです。(中尾・娘9歳、7歳、1歳)
- 夏休み、あー夏休み、夏休み！今から何をやるか頭を悩ましています。目標は夏満喫！！楽しい思い出ってくれるかな！？(井上・娘3歳)
- 新しく編集部員に仲間入りしました。私は広島出身なので、こもこもを通じて古賀のことがたくさん知れて楽しいです♪(戸田・息子9か月)

古賀市
近郊の
救急外来

- 小児科・内科
- 粕屋北部休日診療所 (サンコスモ古賀内)
092-942-1511
【診療受付】日曜・祝日・盆(8/14、15)・正月(12/31～1/3)
午前9時～12時/午後1時～5時
 - 宗像地区急患センター
0940-36-1199

- お子さんの病気・けが・応急処置などについて看護師または必要に応じて小児科医が相談を受けます。
- 福岡県小児救急医療電話相談
#8000 または 092-661-0771
平日午後7時～/土曜12時～/日祝日午前7時～翌朝7時
最寄りの診療時間内の病院を紹介します。
 - 救急医療情報センター 092-471-0099 (24時間受付)