



～あおしま子育て交流ひろば～

令和4年度 ベジフルあおしま通信 No2



色づき始めたアジサイに梅雨の訪れを感じる季節となりました。気温や湿度も高くなり、天気の移り変わりも多いこの時期は、体調も崩しやすくなります。水分補給や衣服の調節をこまめに行い、休息を十分にとりながら健康管理に気を付けて元気に過ごしましょうね！室内ならではのお楽しみを見つけにぜひ遊びにきてくださいね！！



～ ひろばご利用時のおねがい ～

- ※ お子さまが安全に遊べますように、保護者の方は目を離さないでください。
- ※ 水分補給・授乳はOKです(^^♪(食べ物をご遠慮ください)
- ※ 貴重品の管理は各自でお願い致します。
- ※ 携帯電話等での撮影は、周りに配慮して行ってください。
- ※ 体調の悪い方はご遠慮ください
- ※ イベントの様子(写真)などを、ホームページ・通信等で紹介させて頂く場合がございますので予めご了承ください。
- ※ みなさんが、お互いに気持ちよく楽しく過ごせますようにご協力お願い致します(^^)

雨の多い季節です。私たちはどのようなことに気を付けておくのでしょうか？
防災コンサルタント Mamoruwa 代表 黒木淳子氏 にコラムを寄せていただきました

【ハザードマップを確認しよう！！】

ハザードマップってなんの地図でしょう？自然災害でおこる、被災の想定や避難場所・避難経路などの位置などを表示した地図の事です。

実は、ハザードマップにはたくさんの種類があります。

・洪水 ・火山 ・土砂災害 ・ため池 ・高潮 ・津波 など

住まいや、勤務先、よく行く場所など、どのような危険があるか、見ておきましょう。ここで！！POINT！！ <<ため池のハザードマップを見てみよう。>>

宮崎県は、農業用のため池がたくさんあります。

ため池も大雨が降ると決壊する恐れがあり、早い避難が大事です。

ハザードマップは、みなさまのお住いの市町村のホームページで確認できます。



宮崎市青島西2丁目1番地 青島地域総合センター2F
青島地区交流センター内遊戯室

開設日：火・水・金曜日

開設時間：9:00～12:00

13:00～15:00

お休み：祝日・年末年始(12/29～1/3)

連絡先：090-4771-7811

詳細案内 ホームページ [あおしま子育て交流ひろば](#) で検索♪

運営：NPO法人 食生活応援団ベジフルバスケット

*「あおしま子育て交流ひろば」は、宮崎市の委託事業です。



QRコードはこちら↑

ベジフルバスケット

特定非営利活動法人 食生活応援団



～ 親子講座・イベントのお知らせ ～



令和4年度	月 (かのう)	火 (あおしま)	水 (あおしま)	木 (かのう)	金 (あおしま)
 <p>※ひろばご利用の際には、マスク着用、検温と手指消毒のご協力をお願い致します。 ※各講座は予約不要ですが、諸事情により内容の変更や利用人数の制限を行うことがありますので、事前にご確認ください。</p>			1日 自由あそびの日	2日 ベジフル栄養相談日	3日 ベジフル栄養相談日 (9:00～11:30) 管理栄養士 木本江美
	6日 ベジフル栄養相談日	7日 0歳から楽しむ絵本講座 ～雨の日も楽しく♪～ (11:00～11:30) 学校図書館司書 中竹絵美	8日 製作あそび ～ユラユラかたつむり～ (10:45～11:30) 保育士 木下奈穂美	9日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	10日 親子で楽しむ足育講座 (10:45～11:30) みやざき足育センター 代表 成田あす香先生
	13日 モクモクひろば (10:00～11:30)	14日 モクモクひろば ～木のおもちゃで遊ぼう！～ (9:30～11:30) 木育サポーター 堤良子先生	15日 講演「イキル防災」 (10:45～11:30) 防災コンサルタント Mamoruwa 代表 黒木淳子氏	16日 食育講座 (試食付) (10:30～11:00)	17日 ベジフル子育て相談日 (9:30～11:30) 助産師 戸高由美子
	20日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30)	21日 講演 「歯医者さんがやってくる！」 (10:45～11:30) ひまわり小児・矯正歯科 院長 柿崎陽介 先生	22日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30) 保育士 渡辺由紀子	23日 ベジフル栄養相談日	24日 ベジフル子育て相談日 (9:30～11:30) 助産師 戸高由美子
	27日 講演「歯医者さんがやってくる！」 (10:30～11:30)	28日 自由あそびの日	29日 サーキットあそび (10:45～11:30) 保育士 木下奈穂美	30日 ベジフル栄養相談日	1日 ベジフル栄養相談日 (9:00～11:30) 管理栄養士 木本江美
 <p>※夏休み期間中は和室での開催になります。</p>	4日 ベジフル栄養相談日	5日 製作あそび ～カラコロペンギン～ (10:45～11:30) 保育士 木下奈穂美	6日 ベジフル食育講座 (持ち帰り試食付) ※参加費 200円が必要です (11:00～11:30) 管理栄養士 矢野智香子	7日 親子で楽しむ足育講座 (10:30～11:30)	8日 ベジフル子育て相談日 (9:30～11:30) 助産師 戸高由美子
	11日 モクモクひろば (10:00～11:30)	12日 モクモクひろば ～木のおもちゃで遊ぼう！～ (9:30～11:30) 木育サポーター 堤良子先生	13日 mocomoco 親子ふれあい教室 (11:00～11:30) 発育セラピスト 黒木康子先生	14日 講演「イキル防災」 (10:30～11:30)	15日 ベジフル子育て相談日 (9:30～11:30) 助産師 戸高由美子
	18日 (海の日) お休みです	19日 0歳から楽しむ絵本講座 ～夏を遊ぼう！～ (11:00～11:30) 学校図書館司書 中竹絵美	20日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30) 保育士 渡辺由紀子	21日 食育講座 (試食付) (10:30～11:00)	22日 ベジフル子育て相談日 (9:30～11:30) 助産師 戸高由美子
	25日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30)	26日 自由あそびの日	27日 自由あそびの日	28日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	29日 自由あそびの日

