

# ～あおしま子育て交流ひろば～

令和7年度 ベジフルあおしま通信 No3



まぶしい太陽が照りつける夏がやってきましたね。暑い日が続きます。こまめな水分補給や衣服の調節をして、エアコンを上手に使いながら熱中症対策を行いましょう！  
夏を元気に過ごせるように、生活リズムを整えて、バランスの良い食事や休息をしっかりとれるといいですね(\*^-^\*)



## 季節のおすすめ絵本



はなび ドーン  
カズコ G・ストーン さく  
童心社

←まだ花火を見たことのない赤ちゃんもきっと色鮮やかなきれいな絵に釘付けですよ🔥シューッと上がりパッと広がる音までも一緒に聞こえてきそうです🌟



いっばいやさいさん  
まど・みちお 文  
斉藤恭久 絵  
至光社

→  
本物そっくりで瑞々しい野菜と虫の絵、まど・みちおさんの優しく素敵な詩は大人にも読み応えのある一冊です。🍅🥒🍆

## ～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(^^)

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) QRコードはこちら↑  
連絡先：090-4771-7811 (開設日時のみ)  
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。





## ～ 親子講座・イベントのお知らせ ～



令和7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>※ひろばをご利用の際は、感染症対策にご協力をお願い致します。</p> <p>※夏休み期間中(22日まで)は和室での開催となります。</p>	4日 ベジフル栄養相談日	5日 自由あそびの日	6日 自由あそびの日	7日 子育て相談日 (10:30～11:30)	1日 自由あそびの日 8日 ベジフル栄養相談日 (9:00～12:00) 管理栄養士 中瀬愛
	11日 山の日 お休みです	12日 モクモクひろば ～木のおもちゃで遊ぼう!～ (9:30～11:30) おもちゃコンサルタント 堤良子先生	13日 自由あそびの日	14日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	15日 自由あそびの日
	18日 食育講座(味覚の実験) (11:00～11:30)	19日 自由あそびの日	20日 0歳から楽しむ絵本講座 ～家族 うれしいな～ (11:00～11:30) 学校図書館司書 中竹絵美	21日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30)	22日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 米田智美
	25日 講演「イキル防災」 (10:30～11:30)	26日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30) 保育士 渡辺由紀子	27日 自由あそびの日	28日 ベジフル子育て相談日 &おやこエクササイズ	29日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 池間美咲
	1日 ベジフル栄養相談日	2日 自由あそびの日	3日 みて!まいて!さわって! 感じて遊ぼう!! (9:00～11:30)	4日 ベジフル子育て相談日	5日 ベジフル栄養相談日 (9:00～12:00) 管理栄養士 中瀬愛
 <p>※各講座・イベントは予約不要ですが、諸事情により変更や利用制限を行うことがあります。ご了承ください。</p>	8日 モクモクひろば (10:00～11:30)	9日 0歳から楽しむ絵本講座 ～まあい まあい～ (11:00～11:30) 学校図書館司書 中竹絵美	10日 小児救急医療講話 (13:30～14:30) まつおか小児科・いけだ小児 神経内科 池田俊郎先生	11日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	12日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 池間美咲
	15日 敬老の日 お休みです	16日 歯科衛生士さんに みてもらおう! (10:45～11:30) 矯正・小児ひまわり歯科	17日 mocomoco 親子ふれあい教室(10:45～ 発達あそびコンサルタント 黒木康子先生	18日 食育講座(試食付) (11:00～11:30)	19日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30) 保育士 渡辺由紀子
	22日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30)	23日 秋分の日 お休みです	24日 ベジフル食育講座 (試食付※参加費200円) (11:00～11:30) 管理栄養士 中瀬愛	25日 講演「子どもとのコミュニケー ションを楽しみませんか?」 (10:40～11:30)	26日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 池間美咲
	29日 ベジフル栄養相談日	30日 自由あそびの日			

