



# とことこだより

2025

11月



〒819-0002 福岡市西区姪の浜 4丁目 8-28 TEL&FAX 092-882-7532

開館 10:00~16:00

<https://www.fukuoka-sjc.org/tokotoko/>

休館日: 毎週日曜日、毎月最終火曜日、年末年始(12/29~1/3)

西区姪浜子どもプラザは福岡市の委託を受けて福岡市シルバー人材センターが運営しています



秋晴れが続き、爽やかで過ごしやすい日が続いています。

ホクホクの焼き芋が美味しい季節ですね。キノコやカボチャ、柿など多くの食べ物が旬を迎えています。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、健康管理には十分に気をつけながら“秋”を満喫しましょう。



## 保育相談 DAY

オンライン  
相談有

11月6日(木)10:30~12:00

西区子育て支援課

子育て支援コンシェルジュ 中田さん

保育園・幼稚園の相談や、様々な情報を得ることが出来ます。

事前予約制 5組迄(福岡市民の方対象です)  
オンラインをご希望の方は前日迄にご連絡ください

## ミニ講座「ベテラン消防職員が教える 乳幼児向けの救急」

11月20日(木)10:30~11:30



福岡市消防局防災センター

「もしもの時の応急手当」「胸骨圧迫とAEDの取り扱い」を学びます。  
簡単な心肺蘇生法とAEDの取り扱いなどを学びましょう。



## ~インフルエンザについて~



今年は寒くなる前にインフルエンザ流行のニュースが流れています。  
インフルエンザにかからないために、日頃の生活リズムを整えて予防していきましょう。

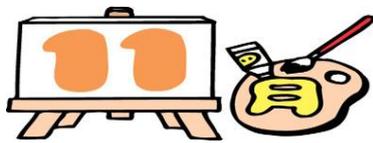
### 予防ポイント!

- 外出後の手洗い
- こまめに水分補給
- バランスの良い食事
- 規則正しい生活リズム
- インフルエンザウイルスが好きなものは「乾燥」です。適度な湿度(60%くらい)を保ち、定期的に部屋の換気をしましょう。



### もしかかってしまったら...

- できるだけ早く医師の診断を受けましょう。
- 睡眠をとり、安静にしましょう。
- 消化のよいものをとりましょう。
- 高熱により脱水症状になりやすいので、水分の補給をしましょう。おう吐を伴い飲みにくいときは、15~20分おきに少しずつ飲ませてみましょう。



# 予定表

日	月	火	水	木	金	土
 *七五三 (11月15日): 子どもの成長を祝う行事で、3歳、5歳、7歳の子どもたちが神社に参拝し無事を祈ります。						1 コンシェルジュ 10:00~12:30
2 休館日	3 文化の日	4 身体測定	5 SOS子ども相談 10:00~12:00	6 保育相談 DAY	7	8 コンシェルジュ 10:00~12:30
9 休館日	10	11 絵本と 手あそび	12	13 彩むすび書 イベント	14 ミニ講座	15 コンシェルジュ 10:00~12:30
16 休館日	17 身体測定	18	19	20 ミニ講座	21	22 コンシェルジュ 10:00~12:30
23/30 勤労感謝の日 休館日	24 振替休日	25 休館日	26 コンシェルジュ 10:00~12:30	27 親子製作 DAY	28	29
休館日						

## ★身体測定★

11月4日(火)・11月17日(月)

10:30~11:30

13:30~14:30



毎月の測定を記録していくと、成長の目安になりますね。ご希望の方は、受付時にスタッフにお伝えくださいね。

## ★ミニ講座「ママヨガ」★

11月14日(金) 10:30~11:00

講師 中原さん



ママのためのヨガです。  
動きやすい服装でお越しくださいね。  
\*お子様はママの隣ですごしますので、どなたでもご参加お待ちしております。

## ★絵本と手あそび★

11月11日(火) 10:30~10:50

スタッフによる手あそびと

絵本の読み聞かせです。

一緒に楽しみましょう。



## ★彩むすび書 イベント★

11月13日(木) 10:30~11:30

永瀬さん



彩むすび書は、お子さんのお名前を筆文字で書いてプレゼントします。お楽しみに♪

 当日先着 5組

## ★親子製作DAY★

11月27日(木)

10:30~



『みんなのクリスマス』

色紙を三角形に折り、貼り重ねてツリーを作ります。みんなの作品をピラミッドのように並べて大きなツリーにしましょう。

サンタさんも来てくれるかな?

ご希望の方はスタッフにお伝えくださいね。

当日受付 11時まで 1歳以上