

こもこも



こがでもっと! こ育て楽しも!

特集 | 夏をあそぼ!

[無料で遊べる] 水遊びに行こう!

夏のおでかけ情報

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
もぐもぐレシピ
夏のおでかけスポット



古賀・新宮 地域みっちゃく生活情報誌
「おるね」5月号

特集で掲載
されました!



薬王寺水辺公園へ取材に行きました。



私たちが「こもこも」を作っています! 「こもこも」の制作メンバー(奥から左へ) 2014年発行された4号の8ページの左です。

夏をあそぼ！



長い夏休み。「子どもと一緒にどう過ごそう」と悩むママ達も多いのでは。

そこで、「こうしたらよかったよ」というママの体験談を募集しました。

夏を楽しく快適に過ごすアイデアがたくさん。夏にしかできない体験を思いっきり楽しんでみませんか。

おうちで
楽しも！

身近なもので水遊び

スポンジは、絞ったり吸わせたりを繰り返してよく遊んだよ！



ペットボトルにたくさん穴を開けて、じょうろにしたり、シャワーにしたり。



短く切ったホースで水をぶくぶくしたりしてよく遊んでいます。



おはじきを入れて金魚すくいごっこ。



ビニール袋に水と空気を入れて水ふうせんを作り、水に浮かべて遊びます。



0~1歳くらいならベビーバスを利用して安全で簡単に楽しく。



水遊びをもっと楽しも♪

おすすめ絵本



森 比左志
わだ よしおみ
若山 憲 著者
こくま社

「こくまちゃんのみずあそび」

まゆママ

朝すぐにプールに水を溜めておくと、お昼頃には温かくなって良いですよ。
(適温は大体 24 度くらい)

なみママ

ご近所さんと一緒に水鉄砲大会、スイカ割り、シャボン玉などをします。
お互いに子どもを見ながら、ご飯の支度などの家事を交代でしています。

安全に遊ぼう！

浅くても絶対に目を離さない！こまめな休憩と、水分補給を忘れずに！時々身体が冷えていないか確認しましょう。

紫外線から子どもを守ろう！

帽子やラッシュガード、UV加工の水着を活用する等。直射日光を避け、タープ等で日陰にしてあげましょう。

育ててみよう

■かいわれ おうちの中で簡単に♪
娘とかいわれ大根を育てました。
種を水に浸したキッチンペーパーにまくだけでOK。芽が出たー！と喜んで、成長するのを毎日楽しみに見ていました。
(まゆママ)



育てるをもっと楽しも♪

おすすめ絵本



こうや すすむ 文
なかじま むつこ 絵
福音館書店

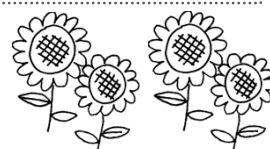
「だいず えだまめ まめもやし」



真木 文絵 ぶん
石倉 ヒロユキ え
福音館書店

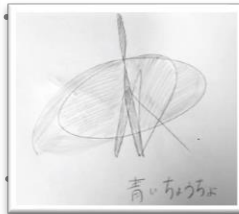
「ポットくんのおしり」

■ひまわり 毎日の水やりが楽しい♪
今すぐ種を蒔くと8月中旬頃に咲きます。(品種により異なる)
花を楽しんだ後は、枯れた花の中から来年の為に種を収穫！毎年親子で楽しんでいます。(えいとママ)
※ミニひまわりはプランターでもOK。



ぐるぐるお絵描き

子どもがランダムにぐるぐる書いたところに、ママが色をぬって。何に見えるかな？
この楽しい絵を、暑中見舞いで送って見たら、おじいちゃん、おばあちゃんが喜んでくれました♪



楽しくお手伝い

夏のお手伝い

夏は、多少濡れても大丈夫なので、食器洗い（自分の分）、お風呂そうじ、庭の水まきのお手伝いをします。
楽しんでやってくれます。（ゆうママ）



年齢別のお手伝い

1才～

洗濯物をかごからとってびらびらして渡す。たたんだ洋服をしまう。（やよいママ）

2才～

「これはパパの…」などと言いながら、お箸やお皿を並べられます。（さくママ）

3才～

自分の洋服をたたむ。（くみママ）



4才～

お兄ちゃんの特にお仕事として、毎朝、ポストの鍵を持って新聞を取りに行ってくれます。（えいとママ）

親子でクッキング

1才～

うどんを遊びながら作って食べます（ともママ）

強力粉300g+水150cc+塩少々を、まとまるまで親が混ぜて、後は子どもにこねこねさせます。細く伸ばして、ちぎってゆでます。
野菜スープに入れる、きなこをまぶすなどして食べても美味しいですよ。

よちよちクラブの皆さんと作ってみました

楽しかった！

遊びながら作れるので、また作ってみたい！



平打ち麺がおススメ！



2才～

フルーツグミを手作りしています（さくママ）

100%ジュース…大さじ5 ① 耐熱容器にはちみつとジュースを入れて、電子レンジ（500w）で約40秒加熱。
はちみつ（砂糖）…大さじ2 ② 粉ゼラチンを振り入れ、よく混ぜて溶かす。
粉ゼラチン…10g ③ あら熱がとれたら、サラダ油を薄く塗った型にスプーンで流し、冷蔵庫で冷やし固める。
サラダ油…適量 ※型は、専用のグミ型、なければ製氷機でもOK。
ラップを敷いて作業すると後片付けがラク。



1才～

きゅうりの浅漬け

朝：きゅうりを洗い、切って、少量の塩と一緒に袋に入れ袋の口を持ってもみもみ！夕食に食べます。パクパク食べてくれます。（あっちゃん）

製氷機でアイス

果物（バナナなど）を手でちぎり、牛乳を入れ、ミキサーのボタンを押す。製氷機にお玉で流し入れ凍らせます。市販の物より安心。（よっちゃん）

2才～

サラダ

レタスを手でちぎる。包丁できゅうりを切る。トマトのへたをとって、お皿に盛る。自分で作ると良く食べてくれます。（くみちゃん）

3才～

お弁当作り

ウィンナーを切る。卵を混ぜる。自分でお弁当箱に具をつめます。お昼ご飯が楽しになります。（黒木ママ）

あきおママ

切るものがコロコロ転がらないように、半分に切っておくと子どもが切りやすいですよ。



料理をもっと楽しもう

おすすめ絵本



岸田 衿子 さく
白根 美代子 え
福音館書店



森 比左志
わだ よしおみ
若山 憲 著者
福音館書店



小西 英子 さく
福音館書店

「おいしいものつくろう」「さっちゃんとクッキー」「おべんとう」



できることからやってみよう!



夏になるとテレビやゲームに触れる機会が多くなりがちです。テレビなどをつけると赤ちゃんが反応して、動きや遊びが止まってしまう。動くこと遊ぶことが脳と全身の発達を促すと言われています。テレビやゲームに頼らずに、子どもとの時間を大切にしてみませんか。まずはできることから。

☆いくつチェックできるかな☆

- 授乳中はテレビ・スマホを見ない
- 食事中はテレビを消す
- 見ていないテレビは消す
- 子どもの1日のテレビ視聴時間を決める
- 自分(親)の見たいテレビは録画して見る
- スマホを子どもに触らせない・見せない

<子どもとママに、こんな良いことが…>

- 時間が有効に使えるようになり、公園遊びにもゆっくり付き合えるようになりました。(あつママ)
- 体を動かして遊ぶので、ご飯をよく食べるようになり、寝つきも良くなりました。(まいママ)
- 赤ちゃんの反応が嬉しく、子育てが楽しくなりました。(いっぽママ)



みなさんも家庭に変化があったら、こもこも編集部へぜひ教えて下さい。



はなママ

テレビのリモコンは、操作を見せないようにし、子どもの手の届かないところに置いています。



かいママ

スマホは常にマナーモードにしておくと、着信音が気にならず、ついスマホに手が伸びてしまうのを防げます。そして、できるだけ子どもが見ていないときに操作しています。



エコ～風の通り道をつくろう～



風の入口は狭く、出口は広く!窓を開けます。その差が大きいほど、風量は多くなります。入口を開閉してココだ!という開き具合をみつけましょう。

- 日陰からの風だと更にヒンヤリ
- 風向きが真逆に変わることも。アレ?と思ったら変えてみてね
- 入口側の窓辺に「ひんやりボックス」を置くと更にヒンヤリ



深さ約4cmの容器に凍った保冷剤と水を入れるだけ。(おすすめは発泡スチロール容器)



みずきママ

エアコンは夕方から自動運転(28℃)で扇風機と併用しています。

保冷ができるポット(水筒)に氷と麦茶を入れ卓上に置く。冷蔵庫を開ける回数が減ります。(あきママ)



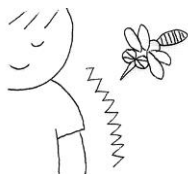
おそとであそぼ!

アロマを使った

安全な虫よけスプレー



- 材料(50mlの虫よけスプレーができます)
- ・虫よけ効果のあるエッセンシャルオイル…10滴以下(ゼラニウム、レモングラス、ユーカリ、ミント、シトロネラなど植物より蒸留した天然のオイル)
 - ・無水エタノール 5ml
 - ・精製水 45ml
 - ・スプレー容器(遮光がおすすめ)



■作り方

- ① スプレー容器に、無水エタノールを入れる。
- ② エッセンシャルオイル 10滴以下を①に入れ混ぜる。
- ③ 精製水を入れて、よく振ったら完成。

注意事項

- ・作る時はお子さんの手の届かないところで。
- ・衣服にスプレーすることをお勧めします。
- ・肌が極端に弱い方はパッチテストを行ってください。
- ・妊娠中に適さないエッセンシャルオイルもあります。
- ・防腐剤が入っていないので早めに使い切ってください。

液体石けんを使った

安心安全シャボン玉液

- 材料(800mlの液ができます)
- ・お湯(あれば精製水を温める) …500ml
 - ・液体石けん…100ml
 - ・ガムシロップ…15ml もしくは 砂糖…小さじ1
 - ・片栗粉…小さじ1
 - ・グリセリン…40mlもしくはハチミツ…15ml
 - ・透明な炭酸飲料(ジュースや炭酸水) …50ml
- 冷蔵庫で一週間ほど保存ができます

■作り方

- ① ぬるめの温度のお湯に、液体石けんをいれます。
- ② ガムシロップか砂糖を加えます。
- ③ 片栗粉を入れよく混ぜます。
- ④ グリセリンかハチミツを入れます。
- ⑤ 炭酸飲料を加え、泡立てないように良く混ぜます。
- ⑥ 1～2時間置いて、液が馴染んだら完成。

空き瓶にいれて、置いたまま使うと倒れにくくこぼれにくい!





水遊びに行こう!

無料で水遊びができます!

持 水着、着替え、タオル、水筒、水遊びパンツ (必要な子)
対 未就園児と保護者 ※天候によっては変更になる場合があります。

7月

4・11 (月)

10:00~11:30
あいあい
場 青柳小学童

7・14 (木)

10:00~11:30
はなはな
場 花見小学童

8・15 (金)

10:00~11:30
にここ
場 西小学童

5・12 (火)

10:00~11:30
まいまい
場 舞の里小学童

13 (水)・14 (木)・15 (金)

10:30~12:00
場 でんでんむし

14 (木)

10:00~11:30
こめこめくらぶ
場 米多比児童館

水鉄砲大会!

18 (月・祝) 13日まで

10:00~14:00
場 ほたるの里(福津市)
お弁当・水鉄砲も持ってきてね

対 幼児~小学生

場 子ども劇場 092-944-1936

18 (月・祝)

10:00~12:00
海岸あそび

場所はお問い合わせください

対 幼児~小学生

場 子ども劇場 092-944-1936

砂あそび

19 (火)

10:00~11:00
花見あおぞら保育園
場 092-940-2535

かき氷有

26 (火)

10:00~12:00
花鶴丘幼稚園
ひよこくらぶ
場 092-944-1023

26 (火)

10:00~11:30
鹿部保育所
場 092-943-6164

10:00~11:00
恵あおぞら保育園
場 092-946-3801

27 (水)

10:30~12:00
やまびこ幼稚園
ひよこくらぶ
場 092-946-3388

27 (水)

10:15~11:15
花鶴どろんこ保育園
場 092-943-5005

28 (木)

10:00~11:30
庄ひかり保育園
場 092-943-3531

8月

2 (火)

10:00~11:30
こめこめくらぶ
場 米多比児童館

3 (水)

10:15~11:15
花鶴どろんこ保育園
色水遊び
場 092-943-5005

23 (火)

10:00~11:00
花見あおぞら保育園
場 092-940-2535

10 (水)・12 (金)

10:30~12:00
場 でんでんむし

25 (木)

10:00~11:30
庄ひかり保育園
場 092-943-3531

30 (火)

11:00~11:30
暁の星幼稚園てんし組
場 092-944-1151

しゃぼん玉有

30 (火)

10:00~11:30
こめこめくらぶ
場 米多比児童館

7~8月

毎日開催

11:15~11:45
花見ひかり保育園
マザーズルーム
帽子・ラッシュガード
またはTシャツもお忘れなく
場 092-944-1152

日時はお問合せください

花見ひかり保育園
「ウォーターランド」
色水遊び、泡遊び、シャボン玉など
在園児とのイベント
場 092-944-1152



夏休みは木曜日もあるよ!

夏のおでかけ情報

7月中旬~8月	プレーパーク	10:00~15:00	千鳥ヶ池公園 憩いの丘	ビー玉ころがし、段ボール、木工製作など 水遊び用のプールもあります。
7月17日(日)	おはなし会スペシャル	14:00~15:00	古賀市立図書館2階	「大型絵本」「作って遊ぼ」など
7月30日(土)	夏祭り	18:00~19:30	ほづみ保育園	詳細はお問い合わせください。 場 092-944-0467
7月30日(土)	ファン・ファン エコロ! ~かえっこまつり~	10:00~15:00 休憩 12:00~13:00	エコロの森 古賀清掃工場	おもちゃ交換会、その他お楽しみ企画有り。 詳細はお問い合わせください。 場 092-942-1530
8月3日(水)	やっちゃんえ☆やまびこ	10:00~12:00 (出入り自由)	やまびこ幼稚園	対 未就園児 遊びコーナー(製作、小麦粉粘土、おままごと) パネルシアター、ハイハイレース(要予約) P有り
8月6日(土)	こもの夏祭り	17:00~21:20	こもの公民館	模擬店(飲食)、たいこ、クイズ大会など P有り

こもこもカレンダー 2016(7月・8月・9月)

※詳細は、次ページをご覧ください。

7月

マークの説明：☉=公民館のサロン 本=おひざにだっこ 本=たけのこ文庫

月	火	水	木	金	土	日
				1 ブックスタート	2 ☉こもの どうおはなし会	3
4 ☉花見東1区 あいあい	5 離乳食教室 ほこあほこ/てんし組 ひよこくらぶ(花) おそらのしたで	6 ひよこくらぶ(や)	7 ぼぼっと遊び はなはな こめこめ	8 にここにこ	9 ☉こもの どうおはなし会 ファミリー講座	10
11 おもちゃの病院 つくしんぼ	12 1歳6ヶ月児健診 子ども劇場舞台鑑賞 ほこあほこ まいまい こめこめ ほっとサロン	13 こもど 親子あそび 赤ちゃんおはなし会 ほっこり倶楽部	14 親子あそび ぼぼっと遊び	15 親子あそび 7ヶ月っこ広場 びっころ	16 ☉こもの どうおはなし会	17 おはなし会スペシャル
18	19 ☉まいまい☉こめこめ	20 小さい子のおはなし会	21 あんだんて	22	23 どうおはなし会	24 セカンドブック プレーパーク ファミリー講座
25 こがも	26 ☉まいまい☉こめこめ 3歳児健診 ひよこくらぶ(花)	27 セカンドブック ひよこくらぶ(や) らっこくらぶ	28 プレーパーク ファミリー講座 ☉花見東2区 あんだんて	29 1歳誕生広場	30 どうおはなし会 ファンファンエコロ	31

*でんでんむしは、8月15日はお休みです。
*ミニつといの広場は、7月第3週～8月いっぱいお休みです。
*米多比児童館は、8月2日・30日のみ開館。

*千鳥児童センターは、7月第4週～8月いっぱいお休みです。
*プレーパークは夏休み期間中、毎週木曜日開催します。
*おそらのしたで 本 グリーンパーク 本 10:00～12:00 本 090-9580-4800(梯)

8月

月	火	水	木	金	土	日
1 ☉花見東1区	2 離乳食教室 こめこめくらぶ おそらのしたで	3 ブックスタート ひよこくらぶ(や) こもど	4	5	6 どうおはなし会 ファミリー講座	7 本
8 おもちゃの病院	9 ほっとサロン	10 親子あそび 赤ちゃんおはなし会	11 プレーパーク	12 親子あそび	13 どうおはなし会	14
15 ☉でんでんむし	16 ☉ほっとサロン	17 2歳元気っこ広場 小さい子のおはなし会	18 あんだんて	19 7ヶ月っこ広場	20 どうおはなし会	21
22	23 1歳6ヶ月児健診 ひよこくらぶ(花)	24 セカンドブック	25 ☉花見東2区 あんだんて	26 1歳誕生広場	27 どうおはなし会	28 セカンドブック プレーパーク
29 本	30 3歳児健診 こめこめくらぶ てんし組	31				

9月

月	火	水	木	金	土	日
			1 ぼぼっと遊び ☉はなはな	2 ブックスタート	3 ☉こもの どうおはなし会	4
5 ☉花見東1区 あいあい	6 離乳食教室 ほこあほこ/てんし組 おそらのしたで	7 本	8 ぼぼっと遊び はなはな こめこめ	9 にここにこ	10 ☉こもの どうおはなし会	11
12 おもちゃの病院 つくしんぼ	13 てんし組 1歳6ヶ月児健診 ほこあほこ ひよこくらぶ(花)	14 赤ちゃんおはなし会 こもど ほっこり倶楽部	15 ぼぼっと遊び あんだんて	16 びっころ 7ヶ月っこ広場 子ども劇場舞台鑑賞	17 ☉こもの どうおはなし会 子ども劇場舞台鑑賞	18
19 ☉あいあい	20 まいまい こめこめ ほっとサロン ☉まいまい☉こめこめ	21 親子あそび 小さい子のおはなし会	22 ☉花見東2区 ☉はなはな ☉こめこめ	23 ☉にここにこ	24 どうおはなし会	25 セカンドブック プレーパーク
26 1歳誕生広場 こがも	27 セカンドブック 3歳児健診 ひよこくらぶ(花)	28 ひよこくらぶ(や) らっこくらぶ	29 ぼぼっと遊び あんだんて	30		

つどいの広場でんでんむし 場 サンコスモ古賀すこやかホール 日 月～金 時 9:00-16:00 対 未就学児と保護者

ブックスタート 絵本配布/育児相談 時 11:00-12:00 対 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 時 10:00-12:00 対 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 時 10:30-12:00 対 1歳児と保護者	親子あそび ふれあい遊び/読み聞かせ 時 10:30-12:00 対 0歳～就学前の子どもと保護者	ファミリー講座 要予約 時 10:00-12:00 ※詳細はお問合せください おもちゃの病院 ※会場が205号室の場合あり 時 13:00-15:30 料 おもちゃ1個につき100円
--	--	--	---	--

ミニつどいの広場 対 未就園児と保護者

月 あいあい 場 青柳小小学堂	木 はなはな 場 花見小小学堂
火 まいまい 場 舞の里小小学堂	金 にこにこ 場 西小小学堂
時 10:00-11:30 ※事前の連絡・予約不要※登録(無料)は1箇所のみ	

離乳食教室 場 サンコスモ古賀横「ゆい」 問 予防健診課 TEL 092-942-1151

離乳食のお話/試食
 時 9:00受付 9:30～ 料 無料
 対 5ヶ月から1歳までの乳児をもつ保護者(15組)

保育園の開放

花見ひかり保育園「マザーズルーム」

日 月～金 時 9:00-14:00
 対 未就園児と保護者
 ※子育てホットライン 9:00-17:00 問 TEL 092-944-1152

保育園開放については毎月発行の「行事予定表-広報こが」があります。日時など詳細は各保育園にお問合せください。
 庶部保育所 TEL 092-943-6164
 五所保育園 TEL 092-942-4422
 花鶴どろんこ保育園 TEL 092-943-5005
 ほづみ保育園 TEL 092-944-0467
 庄ひかり保育園 TEL 092-943-3531
 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

米多比児童館

こめこめくらぶ
 日 火・木
 時 10:00-11:30
 対 未就園児と保護者
 問 TEL 092-946-3642

千鳥児童センター

ぽぽっと 親子で自由遊び。食事もOK!
 日 水・金 時 10:00-14:00 対 未就園児と保護者
 ぽぽっと遊び 親子遊び
 時 10:30-11:00 ※14:00まで利用可 対 未就園児と保護者
 ぽこあぽこ 音楽遊び
 時 10:30-11:30 ※14:00まで利用可 対 未就園児と保護者

幼稚園の子育て支援事業 ※日程等変更になる場合がありますので、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 園庭解放、部屋の見学 11:00-11:30 在園児と一緒に活動 対 2歳～未就園児と保護者 問 TEL 092-944-1151	花鶴丘幼稚園 ひよこくらぶ 要予約 時 10:30-12:00 対 2歳～4歳の未就園児と保護者 ※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 要予約 時 10:30-12:00 対 2歳～4歳の未就園児と保護者 問 TEL 092-946-3388 ※同じ内容の場合どちらか一方の参加
---	---	---

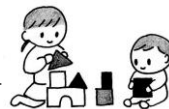
子育てサロン ※びっころの場所が変わりました。

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 7/25 9/26 主催 ふくつ子どもステーション すてっぷ 協力 NPO法人古賀新宮子ども劇場・古賀市子育て支援課 問 TEL 090-5080-3581(すてっぷ 佐伯)	つくしんぼ 場 古賀東中用務員室 日 7/11 9/12	びっころ 場 古賀中1階図書館内 日 7/15 9/16
---	---	---

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



公民館のサロン 地域外の方も利用できます。

花見東1区公民館 読み聞かせ/わらべうた・遊具あり 日 第1月曜 時 10:30-11:30 対 未就園児と保護者 主催 花見東1区福祉会 協力 古賀子どもの本の交流会 問 TEL 092-944-1033(新町)	花見東2区公民館 読み聞かせ/わらべうた・遊具あり 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)	こもの公民館 読み聞かせ/本の貸出。自由遊び。 日 第1・2・3土曜 時 10:00-12:00 対 0歳～大人まで 問 TEL 080-1770-9453(吉住)	舞の里1区集会所 情報交換・手作り制作・講座。遊具あり 日 第2水曜 時 10:00-12:00 料 200円(おやつ・お茶代込) 対 プレママ・ママ・乳幼児 問 TEL 090-3735-7049(細井)
---	---	---	---

読み聞かせ

古賀市立図書館 問 TEL 092-942-2561	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	どうようおはなし会 日 毎週土曜 時 11:00-11:30 対 幼児～大人まで	セカンドブック 絵本配布/育児相談 時 (水)15:30(日)11:30 対 3歳児と保護者	らっこくらぶ(古賀北中) 読み聞かせ 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
-----------------------------------	--	--	---	--	---

古賀市内の小中学校では、学校図書室を一般開放しています。詳しくは、各小中学校へお問い合わせください。

おひざにだっこ 読み聞かせ/わらべうた/本の貸出しあり 時 10:30-11:30 対 0歳児～と保護者・妊婦さん

公務員住宅集会所 日 第2月曜 主催 たけのこ文庫 問 TEL 092-943-7541(草野)	古賀北区公民館 日 第1水曜 主催 古賀子どもの本の交流会 問 TEL 092-943-7541(草野)	さや団地集会所 日 偶数月第1日曜 主催 古賀子どもの本の交流会 問 TEL 092-943-7541(草野)
--	--	---

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 公務員宿舎古賀住宅集会所
 対 乳幼児～小学生 問 TEL 092-943-7541(草野)

ワクワク子育て講座 料 無料 場 イオンモール福津2階 イオンホール

はじめての赤ちゃんママのためのスタートプログラム 「あんだんて」
 9/1 受付開始
 あやしうたとベビーマッサージ&交流会で子育てを学びあいます
 時 第3・4木曜午前の部 10:00-12:00/午後の部 13:30-15:30
 対 第1子(3～8ヶ月)の赤ちゃんママ(親子8組4グループ)
 申込み「あんだんて」(3か月に1回)・「こもどI」毎月1日 受付開始
 「こもどII」毎月1日 受付開始
 時 第2水曜 10:30-12:00 対 0～未就学児とママ12組
 時 第2水曜 13:30-15:00 対 0～1歳児とママ18組
 申込み/問合せ ION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 すてっぷ TEL 090-5080-3581(佐伯)

古賀新宮子ども劇場 舞台鑑賞

「ピアノカの魔術師」 「いまからいってきます」
 (サロンコンサート) 劇団(風の子九州)
 日 7/12(火) 9/16(金) 17(土)
 時 18:30～(開場30分前) 時 18:30～/14:00～/18:00～
 対 幼児～大人まで 対 幼児～小学校低学年の親子
 場 福津市中央公民館ホール 場 16日そびあしんぐう
 17日ふくとびあ
 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

プレーパーク 日 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
 どなたでも無料で参加できます。 問 NPO法人古賀新宮子ども劇場 TEL 092-944-1936

* こもこも編集部が知り得た範囲の情報を掲載しています



おばあちゃんの
知恵袋

～柿のヘタがしゃっくりに効く!?の巻～

誰でも一度は、しゃっくりをとめる方法を試した事があると思いますが…

乾燥させた柿のヘタ 10g (柿約 10 個分) を刻み、水 500ml を加えて半量位になるまで煎じて飲むと、びっくりするほど効くそうです。薬局でも買えますよ (柿蒂湯)。長時間続くしゃっくりに試してみませんか？

楽しみながら読んでいます。この本がきっかけで「ほんよんで」と違う本を持ってくるように。絵本の楽しさを知るきっかけになりました。これからは、娘と一緒に絵本の世界を楽しみたいです。

田中 梨紗さん
海里さん (2歳)



おすすめ絵本
『ほんよんで』

ツベラ ツベラ 作
学研出版

うちの子は外遊びが大好きな活発な娘です。絵本を最後まで聞くことがほとんどなく、どっしりしたいのかなあと悩んでいたところ、この本と出会いました。仕掛け絵本になっていたので、めくって

もぐもぐ夏レシピ

寒天ゼリー



材料 4人分
スティック粉寒天…1本 (2g)
100%オレンジジュース…300cc
砂糖 (はちみつでも可)…9g (大さじ1)
※100%のジュースなら何でもできます。
※ジュースを牛乳に変えると牛乳寒天のできあがり。
お好みで果物を入れるのもいいですね。

①鍋に100%オレンジジュース、砂糖、粉寒天を入れて混ぜ、火にかけて煮溶かす。

②型に入れて冷やし固める。

【寒天豆知識】

原料はテングサやオゴノリなどの海藻。食物繊維が豊富で便秘解消にも◎



とっても簡単で、子どもと一緒に作りました。固まるのも早いです。子どもから「また作ろうね」と嬉しい一言が。

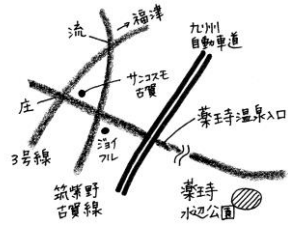
夏のおでかけスポット



緑と水辺に涼を求めて

薬王寺水辺公園

薬王寺温泉の入り口に、緑いっぱいの自然豊かな公園があるのを知っていますか？大きなため池を囲む道の先にはピオトープや上流から流れ込む水辺で遊べる場所があります。小魚やカニ、時にはザリガニに出会えるかも？帽子や水筒、着替えも忘れず。水辺で遊ぶ時には長靴かサンダルがあると◎ 山の水はひんやりしていて夏の暑さを忘れさせてくれそうです。



- トイレ あり ● 駐車場 12台
- 休園日 なし

古賀市薬王寺 296 番
☎ 092-944-3150 (古賀市公園管理センター)

次号 2016年10月発行予定
特集「給食みせて(仮)」

本誌へのご意見、感想等
ぜひお寄せ下さい！

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

編集部員は、育児中ママ編集後記 ● 編集部員を卒業します。編集を通して、自分の子育てについて考えたり、子どもの幼稚園を決めるきっかけになったり、とても充実した日々でした。新メンバーが3人増えています。今後のこもこもに期待◎ (堤・息子3歳、娘2歳)

● 夏を前に日焼け顔の娘。大好きな公園と水遊びで過ごす夏になりそうですが、問題は私の体力。家で楽しく過ごせたらどんなにいいか！ママ達にもあったヒント活用したいと思います。(吉武・娘3歳)

● 4月に植えたゴーヤが息子の身長をあとという間に超え、すくすくと発育中。今号で編集部を卒業します。素敵な出会いと、貴重な経験に心から感謝しています。こもこもゴーヤのようにすくすく育ってね！(岩井・息子3歳)

● かいわれ育ててみました。成長が速いからとっても面白くて親子で夢中になりました。そして普段小ネギも食べない娘が、味噌汁に浮かべたかいわれを食べました！野菜嫌いな子のママぜひ試してみてください！(井出・息子6歳、娘3歳)

● きゅうり、トマト、ゴーヤを育てています。毎日、そうさんのジョウロで「美味しくなれ！」と言いつつ水やりをしてくれる娘。でも、きゅうりもトマトもゴーヤも食べられない…自分で育てたら食べられるかな。(井上・娘2歳)

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

相談・紹介

お子さんの病氣・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)