



那覇市地域子育て支援センター

2026年9月発行 No.163

〒901-0153

那覇市宇栄原 4-17-10

うえぼる～む TEL・858-9233

宇栄原みらいこども園

TEL・857-0483

FAX・857-0483



うえぼる～むだより

9月号



利用日・時間



時間	AM9:30～12:00 ランチタイム (11:30～12:00)	PM1:30～4:00
曜日		
月・水	0～5歳の親子	0,1歳の親子
火・木	0,1歳の親子	6ヶ月未満の親子 プレママ(妊婦さん)
金・土	0～5歳の親子	第4土曜のみ 0～5歳の親子 金曜日 来園相談(要予約) 土曜日 第1235 来園相談(要予約)

✿ 育児相談 ✿

(電話にて予約をお願いします)

・電話相談 AM 9:00～PM 4:30

・来園相談 AM 9:30～PM 4:00

朝夕の風に、ほんの少しだけ涼しさが混じるようになってきました。夕暮れ時の空の色もどこか優しく、沖縄にも少しずつ「秋の気配」が近づいているのを感じます。

今月は、敬老の日に向けての製作や就園に向けての育児講座を予定しています。

どうぞご利用ください。



9月の予定

第4土曜日の午後の時間 0～5歳の親子の利用日となりました。
る～むのお部屋で遊びを楽しみましょうね。園庭遊びはお休みです。

日	月	火	水	木	金	土
		1 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	2 AM 0～5歳 PM 0～1歳	3 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	4 AM 0～5歳 PM 相談日(要予約)	5 パパも一緒day AM 0～5歳 PM 相談日(要予約)
6	7 双子・三つ子ちゃん 交流 day AM 0～5歳 PM 0～1歳	8 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	9 AM 0～5歳 PM 0～1歳	10 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	11 AM 0～5歳 PM 相談日(要予約)	12 パパも一緒day AM 0～5歳 PM 相談日(要予約)
13	14 AM 育児講座 「こども園ってど んなところ？」 PM 0～1歳	15 AM 出前支援 る～む公民館 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	16 AM 0～5歳 PM 0～1歳	17 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	18 AM 0～5歳 PM 相談日(要予約)	19 パパも一緒day AM 0～5歳 PM 相談日(要予約)
20	21 敬老の日 (公休日)	22 国民の休日 (公休日)	23 秋分の日 (公休日)	24 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	25 AM 0～5歳 PM 相談日(要予約)	26 パパも一緒day AM 0～5歳 PM 0～5歳
27	28 AM 0～5歳 PM 0～1歳	29 AM 0～1歳 PM6カ月未満・プレママ	30 AM 0～5歳 PM 0～1歳			

【子育て情報】「那覇市地域子育て支援センター」と検索すると、各支援センター・つどいの広場の毎月のたよりやリーフレット・出前支援について見るができます。ぜひご活用ください。

※担当員一同、うえぼる～むの部屋や出前支援先でお会いできるのを楽しみに待っています。どうぞよろしくお願いいたします。



【第7回 育児講座】「こども園ってどんなところ？」

～園長先生にきいてみよう！～

「保育園やこども園ってどんなところ？」「うちの子に合う園はどこかしら？」 お子さんの園選び、わからないことや悩むことも多いですよね。そんな疑問や不安を、園長先生に直接聞いてみませんか？今回は、「小祿南こども園」と「宇栄原みらいこども園」の園長先生をお招きし、お話を開催します！

日時：令和8年9月14日（月） 9：45～10：45

場所：うえばる～むの部屋

内容：保育園・こども園について 就園について 質疑応答
宇栄原みらいこども園 園見学

講師：小祿南こども園園長・宇栄原みらいこども園園長

対象：未就園児の親子 6組

*育児講座の時間帯は育児講座申し込みの方のみの利用となります。

*9月1日 9：30 より申込開始
定員に達し次第 締め切ります。

*申込方法

①電話 ②来園 ③QRコード
よりお申込みください。



9月の出前支援

る～む公民館

（小祿南公民館 和室）

9月15日（火）

10：00～11：30

おひさまる～むが暑い時期お休みになるので、冷房の効いた涼しい屋内で遊びませんか？

公民館の30畳ほどの畳間で遊びます！

出前支援を利用の前に一度、
うえばる～むへお電話ください。

おひさまる～む

（具志宮城西公園）

7・8・9・10月はお休みです

育児講座のようす

「赤ちゃんが生まれる前に知っておきたいこと」



実際の大きさの胎児人形

【妊婦体験】

お2人の方に妊婦ジャケットをつけて講座を受けてもらいました。お腹が大きくなっていくと「かがむ」ことも難しい・・・

初めてのお子さんの誕生を心待ちにしているパパママさんとお勉強しました



各地域で産前から利用できる施設の紹介ポスターも掲示
お住いの近くでお待ちしています



【抱っこ体験】

首をささえながら・・・こんな感じかな？



【プレパパ・ママの感想】

- *産後の体の事も夫婦で聞いて良かった。
- *沐浴のデモンストレーションを見ることでイメージができた。
- *ネットなど様々な情報があり取捨選択が難しかったが、この講座で知識を得ることができた。
- *妊婦体験 良い経験になりました。

9月の製作



手形・足形をプラバンでキーホルダーにし、沖縄のお守り「さんぐわー」をつけて仕上げます。祖父母へのプレゼントにいかがですか？

期間 14日（月）～18日（金）

*材料費がかかります。

9月の絵本



いろいろな果物や野菜が登場する、人気の手遊びが絵本になりました。カラフルな貼り絵と擬音のリズムが楽しい一冊です。

誕生会

普段の利用時間を活用してケーキと一緒に記念撮影やちょっとした誕生児の紹介等のプチ誕生会をしています。

身体測定

毎月身体測定を行っています。まだ上手に立てない子は寝て測る身長計と体重計も用意しています。