

**地域子育て支援センター**  
**情報紙「むるむる」**  
**子育てのたのしみを広げるセンターです**



むるが家ブログ

〒900-0003  
那覇市字安謝 2-15-2  
あじや保育園  
地域子育て支援センター  
携帯：080-3909-2584  
TEL：098(862)2584  
令和8年1月発行 No.322

“社会の窓を見よ！”

新年、あけましておめでとうございます。

今年はうま年だ。私は赤ちゃんの時から馬が大好きで、泣いていたのも泣きやんだといふ。よくわからないが、きっとあの馬のやさしい目にホッとする、安心できる、何かがあるのだろう。今、社会はいろいろな問題を含んでいる。

小中学校の不登校児童が、最多の7,432人（県内2024年度）になっているという。私は勉強があまり好きではなかったが、友だちとおしゃべりしたくて、あそびたくて、学校へは行きたくないとは思わなかつた。先生のお家にも、友だちと一緒によくあそびにいった。おやつはいつも“かりんとう”だったなあと思い出す。

県教育庁によると「無気力や不安、生活リズムの不調についての相談が多くつた」という。学校だけでなく、家庭との連携にも問題があると思うし、社会の流れの中にこどもが育ちにくい根本的な問題もあると思う。政治の社会も初の女性首相が誕生し、注目を集めている。子ども政策もいろいろでいるが、お金だけではないよといいたい。

立場や考え方がそれぞれ違う私達であるが、それぞれの考えを言い合える、対話を重ね合える。信頼を育みあえる関係になれたらなあと思う。

私は60年前、東京都立の保母学を卒業し、保育の道を歩いてきた。その当時“ポストの数だけ保育所を！”が、みんなの願いだった。貧富の差も大きく、みんな必死に働いていた。子ども達は放つたらかしにされがちだった。親も保育者もお互いに協力し合い、0歳児保育を！長時間保育を！等々、いろいろな要求を訴えていた時期でもあった。時代は変わってきた。“社会の窓を見よ！”保育の学校で先生達がいつも強くいっていたことばを私は忘れない。心に刻んでいる

（三木元子）

利用案内	午前 9:30~12:30	午後 13:00~15:30
月～金	1歳～就学前	0.1歳
第1・第4金曜日	1歳～就学前	6ヶ月までと妊婦さん
土	0歳～就学前	相談日（15時まで）

※育児相談（電話・面談）は随時受け付けていますが、出前支援や研修等で担当員不在の時もあるので、事前にお電話にてお問い合わせください。TEL 080-3909-2584

※兄弟組は上のお子さんの時間に合わせてのご利用時間となります。ご了承ください。  
※ごろごろの日は6ヶ月までの赤ちゃんと、妊婦さんの日となります。6ヶ月までの赤ちゃんは0.1歳の時間帯もご利用になります。



むるが家のみんなでお誕生日をお祝いしましょう。誕生日に参加出来る1月生まれのお子さんは、21日（水）までにボードに名前を書いて下さい。手形を取りますので担当員にお声かけ下さい。

# 1月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 AM ゆったり Day ～相談日～	6 AM出張むるが家 真嘉比中央公園	7 AM・PM ゆうぎ室	8 0歳児 クラス交流 (2組のみ)	9 AM 自主企画活動 『凧あげ大会』 PMごろごろの日 (6ヶ月までと 妊婦さん)	10 ゆうぎ室
11	12 成人の日	13 AM出張むるが家 ガジマル保育園	14 園行事 『風の子劇団』 (3歳以上5組限定)	15 AM 出張むるが家 真嘉比自治会館	16 PM自主活動	17 ゆうぎ室
18	19 AM出張むるが家 松川公民館	20 AM ゆうぎ室 育児講座 『スマホで我が子を 可愛く撮ってみよう。』	21 AM ゆうぎ室 育児講座 『思いきり体を 動かして楽しもう。』	22 AM 出張むるが家 安謝東原公園	23 PMごろごろの日 (6ヶ月までと 妊婦さん)	24 ゆうぎ室
25	26 AM ゆうぎ室 誕生会	27 身体測定	28 AM 生活発表会 リハーサル	29	30	31 ゆうぎ室

2/3 AM 生活発表会リハーサル予定

## 園行事

### 劇団『風の子』観劇

1月14日(水)AM10時 こども園ゆうぎ室にて毎年保育園にやってくる劇団風の子。むるが家の友達も一緒に観劇できます。3歳以上の友達で5組限定です。

観劇料がかかります。詳しくは担当員までお尋ねください。

## 育児講座

### スマホ撮影のコツ『我が子を可愛く撮ってみよう』

### 1月20日(火) 10時スタート ゆうぎ室

初めて何かができた時、お出かけをした日、ちょっとおしゃれをした日…など、わが子の“かわいい”一瞬を残せたらうれしいですよね。でも、「スマホで写真を撮るけど、できがイマイチ…」「いいカメラじゃないとダメなのかしら？」を感じている方も多いと思います。

実は、コツを抑えるだけで、スマホでも最高に“かわいい”子どもの写真を撮ることができるそうです。カメラマンの仲宗根理沙子氏をお招きし、そのコツを教えてもらいたいと思います。

## 自主企画活動 凧あげ大会

### 1月9日(金) 10時スタート

みんなで手作り凧とばしてみませんか？ 凧あげ  
誰の凧が高くまであがるかな？

浦添ふ頭南緑地多目的広場に集合

## 生活発表会

### 2月7日(土) 安謝小学校体育館

あじや保育園の生活発表会(AM)にむるが家も参加します。

参加希望の方は1月9日(金)までにお申し込みください。

発表会当日は駐車場が使えない為、公共交通機関または有料駐車場をご利用ください。

## 育児講座

### 『思いきり体を動かして楽しもう』

Lii sports studio

前回も大人気だったLii sportsさんの『思いきり体を動かして楽しもう』が体験できます。子ども達の「やりたい」「できた」の声がたくさん聞こえますよ。

### 1月21日(水) ゆうぎ室

10時～11時30分

対象年齢⇒歩行の安定しているお子さん～未就学児(15組限定)

# 「むるが家」の意味はみんなの家

お父さんもお母さんも  
おじいちゃんおばあちゃんも近所のおばちゃんも…  
お子さんとどうぞ気軽に遊びに来て下さい

## あじや保育園の2階に「むるが家」はあります。

小さな畠のお部屋と木のテラス、色々なおもちゃで遊んだり、同年代のお友達とあそべます。  
お母さんお父さんにとっては、情報交換や悩み相談のできる場です。

もちろん、何もなくとも気ままに過ごすだけでもOKです♪

時々保育園のお友達とお散歩やわらべうたと一緒に遊びます。

畠もあります!  
土と触れ合いませんか?

保育園の砂場や広場、こども園のホールでもあそべます。

夏はプールや水遊び、どろんこあそびも楽しめます。

育児講座や季節の行事もみんなで楽しみましょう。

絵本の貸し出し  
0才～4・5才向けの絵本を中心に入向子育て本もあります。

## 身体測定

毎月1回身体測定を行っています。  
特に赤ちゃんのお母さんにとってビックイベントですね♪  
今月も大きくなかったかな?

## 保育体験

同じ年のお友達がいる、あじや保育園のクラスに親子で入って保育体験してみませんか?  
ご希望の方はむるが家で申し込んで下さい。  
☆日程・時間はクラスと調整しますのでご相談下さい。  
☆給食希望の方は試食費300円をお願いします。

## 出張むるが家(出前保育)

10時～11時15分(月・火・木)  
むるが家があじや保育園から飛び出して、  
地域に出向きます。お家の近くの広場で  
あそびましょう。  
(真嘉比中央公園・真嘉比自治会館・安謝東原公園等)

## 誕生日会

ささやかですが、みんなでお祝いします。  
お父さん・お母さん・家族のみんなもおめでとう!  
誕生日会に参加できる誕生月の子はむるが家のボードに名前を書いて下さい。  
手形を取って誕生日会でプレゼントします。

## このゆびと~まれ♪

つくってみたいもの、やってみたいこと、  
一人ではちょっと…ということありませんか?  
むるが家で仲間を集めてやりましょ♪やりましょ♪

## プレママさんいらっしゃ~い おなかの赤ちゃんとあそびにきませんか?

午後のむるが家は親子でのんびりゆったり。赤ちゃんを実際に見たり、お母さん達とおしゃべりしながら産後・子育ての心の準備をお手伝いします。気軽に遊びに来て下さい。座談会などの企画もします。  
第1・第4金曜日は妊婦さんの日ですが、それ以外でも午後1時～3時の間にいつでもお越しください。

## お正月あそび



### こままわし

こまがまわるのは、「物事が円滑に回る」という意味にかけられていて、こまを上手に回せるこどもが、早く独り立ちをすると言われているそうです。



### 羽根つき

一年の厄をはね、子どもの健やかな成長を願うものとして親しまれてきたそうです。



### かるた

「子どもが遊びながら、字やことわざを覚えられるように」と作られたと言われています。



### 凧あげ

もともとは、年の初めに両親が男子の出生を祝い、その無事な成長を祈る儀礼として行われていた。高く上がるほど子どもが元気に成長すると言われているようです。



### 福笑い

「笑う門には福来たる」と縁起が良い。新年を明るく楽しく過ごすことによって、福を呼び込むもうということのようです。

## 七草がゆ

沖縄では全国の「七草がゆ」にあたる風習として「ナンカヌスク(七日節句)」があり、旧暦1月7日(新暦の2月上旬)に沖縄の在来野菜を使った「ナージューシー(菜雜炊)」を食べ、お正月で疲れた胃を癒し、一年間の健康と無病息災を願います。沖縄ならではの七草を使い雑炊仕立てでいただくのが特徴です。

### 具体的な沖縄の七草

- ・ンジナ(ニガナ):苦みが特徴の野菜
- ・サクナ(長命草):栄養豊富で「七草」とも呼ばれる
- ・シマナー(からし菜):ピリッとした辛味
- ・デークニバー(大根葉):ビタミン豊富
- ・フーチバー(よもぎ):香り高く胃に優しい
- ・サシグサ(シロバナセンダングサ):薬草としても使われる
- ・ハルビラ(ノビル):独特の風味

