

せいなんだより 2026 年 1 月

早良区子どもプラザ
西南子どもプラザ



〒814-0002 福岡市早良区西新 3-13-1

TEL : 092-846-9207

FAX : 092-846-9208



早良区子どもプラザ/西南子どもプラザ（愛称“せいなん”）は、福岡市の委託を受けて西南学院大学が運営しています。



新しい年が始まりました！いま子どもプラザに遊びに来てくれている皆さんも一日一日遊んで経験して伸びていきますね。楽しいお正月は過ぎましたか？

先日子どもプラザで遊んでいると、6ヶ月頃のお子さんについて「ちょっとでも親が見えなくなると不安がる」と親御さんが話してくださいました。表象が育ち始めなので（発達心理学を学んだ学生の皆さん、覚えていますか？）、もっと自分で周囲がわかるようになったら落ち着くでしょうねと話していたのですが、何かができる、わかるようになることと、不安やいらだち、時に問題行動はよく表裏で進行していますよね。発達とはそんな風に表裏があって行きつ戻りつし、急にぐんと伸びる時もあるって見ていて飽きません。ところで昨年、年齢の高いお子さん対象のサブルームに新しい流しが入り、乳児の皆さんの憧れになっています。今年か来年はあのお部屋でも遊べるように日々遊んで大きくなろう！

プラザ長の鹿島なつめです。



1 月の行事予定

【開館時間】 10:00 - 16:00

日	月	火	水	木	金	土
				1 休館日	2 休館日	3 休館日
4 休館日	5 休館日	6 絵本タイム 14:00～14:20 14:30～14:50	7	8	9	10
11 休館日	12 おひげの先生 午前	13 なつめ先生 午前	14 ふくろう先生 午前	15 ひろこ先生 （公認心理師） 10:30～12:00	16	17 greenpigeons と遊ぼう 11:00～11:45
18 休館日	19 おひげの先生 午前	20 なつめ先生 午前	21 保健師さん 10:30～12:00	22 ミニ講座 11:00～12:00	23	24
25 休館日	26 おひげの先生 午前	27 なつめ先生 午前	28	29 栄養相談 11:00～	30	31 いっしょ☆ Issho day 豆まき 11:00～11:30



今月の行事



三二講座

1月22日(木) 11:00~12:00

テーマ「冬にそなえる子どもの健康」

講師: 宇梶 光太郎先生

(うかじ小児科医院)

子どもは風の子ですが、風邪をひきやすい子でもあります。今シーズンは冬を待たず晩秋からインフルエンザの流行が起こってしまいました。かかる子かからない子って何が違うの? 元々の体力(免疫力)の差? ちゃんと予防しているから? 冬の病気に備えるにはどうすればいいのかについてお話をさせてください。

いっしょ☆ssho day

1月31日(土) 11:00~11:30

「学生さんと豆まきをしよう!」

本学学生(アメフト部)と green pigeons(子どもプラザ学生ボランティアサークル)と一緒に豆まきをしませんか? 先着150名様にはスタッフ手作りのマスをご用意しております。お天気が良ければ百年館前ロータリーで行います。雨天時は中止です。

※お面をつけた鬼が来ますので、恐怖心が強いお子さまはご注意ください。

栄養相談

1月29日(木) 11:00~12:00

岩永 菜奈(管理栄養士)さんによる
離乳食や幼児食の相談を行います。

※要予約※

Greenpigeons と遊ぼう

1月17日(土) 11:00~11:45

学生さんと一緒に遊びましょう!
どうぞお楽しみに♪



フラシエルジュより



～季節の行事食『七草がゆ』～

「せり なずな ごぎょう はこべら ほとけのざ すずな すずしろ、これぞ七草」と、5・7・5・7・7のリズムで覚えられているように、新春の1月7日には、一年の無病息災を願って「七草がゆ」を食べる風習があります。

お正月明けの疲れた胃腸の調子を整えるためにも、0歳児から食べられる優しい味のおかゆをご家族一緒にいただきましょう。

10倍がゆ

離乳食初期では、ほうれん草やかぶや白菜などの、食べ慣れた野菜をペースト状にして混ぜ合わせます。

7倍がゆ

中期でも、1月が旬のほうれん草、大根、白菜などの他、七草を柔らかくゆであく抜きをしたものを混ぜ合わせてもよいでしょう。

5倍がゆ

七草は、葉っぱの部分を柔らかくゆであく抜きをし、食べやすい大きさに切ります。後期のお子さんに合わせた薄めの塩加減にしましょう。

※大人の場合、5倍がゆの水分量で塩分量はお子さんに合わせ、梅干しや魚の塩焼き、卵焼きなどの副菜を添えて。

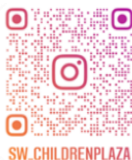


プラザからお知らせ



西南子どもプラザ公式

利用状況やイベント情報、急なお知らせ等は、Instagramからご確認いただけます。



SW.CHILDRENPLAZA

※この“せいなんだより”は、毎月1日発行“せいなん”で配布、またご利用方法なども西南学院大学HPに掲載しています。