



府中市 地域子育て支援センター令和8年8月1日発行

「はぐ」ひがし8月

陽射しが強く、夏本番という時期がやってきました。外出を控えて、家の中で過ごすご家庭も多くなってきたのではないのでしょうか。ずっとお家の中で過ごしているとストレスもたまってしまいますね。「はぐ」に少しの時間でも来て、おしゃべりしませんか。お待ちしております。

日	月	火	水	木	金	土
						1
		8月は、保育所の園庭開放はお休みです。				
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
		山の日				
16	17	18	19	20	21	22
ポップコーン・パパ 10:00~11:30 東保育所				はぐっと セミナー ブックンティによるおもちゃ講座 10:00~11:30		
23	24	25	26	27	28	29
			子育て講座 「夏祭り」 10:00頃~ 14:00頃~			
30	31					

「はぐ」ひがし問合せ



府中市若松町3丁目21番地の4
TEL 042-362-5200

開設時間：月～金（祝日を除く）

*午前の部 9:30～12:00

*午後の部 13:30～16:00

12:00～12:30

※もぐもぐタイムの利用は午前中のひろばを予約した方に限ります。

対 象：0歳～就学前児とその保護者、妊娠中の方

アクセス：京王線 府中駅より
ちゅうバス（多磨町ルート）「若松防災センター」下車徒歩5分

夏季の

園庭開放について

お子さんの安全を考えて、
8月は、園庭開放を中止とさせていただきます。
何卒、ご理解・ご協力をいただけますようお願いいたします。

子育てひろば・子育て講座の予約は、各日程の30日前の9時から LINE で受け付けています。



@fuchu_city

「はぐ」ひがしでは、子育て講座のほかに、おはなし会や折り紙講座、音楽会等楽しい企画を計画しています。

日程や内容等のお知らせは「はぐ」ひがしのひろば室に掲示していますのでご覧ください。お待ちしております。

「はぐ」子育て講座 「夏祭り」



日時 8月26日（水）
10:00頃～
14:00頃～

会場 「はぐ」ひがしひろば室
内容 「はぐ」の部屋が縁日に!!
お祭りごっこを一緒に楽しみましょう。

※予約受付中

第3日曜日は 「ポップコーン・パパ」



東保育所の遊戯室で、お子さんとパパと一緒にあそびませんか。

日時 8月16日（日）
10:00～11:30

会場：東保育所 遊戯室
対象：0歳から3歳児とその保護者
※予約受付中



はぐっとセミナー

木のおもちゃ等で

遊びませんか!!

【ブックンティ】による

「おもちゃ遊び

&ミニおもちゃ講座」

日時 8月20日（木）

10:00～11:30

会場 「はぐ」ひがしひろば室

講師 ブックンティ

新田氏

※予約受付中



子育てひろば 「ポップコーン」

8月の白糸台ポップコーンは夏休み期間のためお休みです。

8月の晴天の日の9:30～10:00に「はぐ」のテラスで水遊びを行います。日程については、「はぐ」ひがしのひろば室に掲示していますのでご覧ください。

おたんじょうび おめでとう!!

お誕生日のお友だちに誕生カードをお渡ししています。身長体重測定も行います。職員にお声掛けください。

子育て相談

「はぐ」では、育児相談を受け付けています。子育ての中で困ったこと心配なことがありましたら職員にご相談ください。栄養士や看護師もいますので、遠慮なく声をかけてください。

絵本の紹介

『こぐまちゃんのみずあそび』
こぐま社 わかやま けん



こぐまちゃんシリーズの1冊で、こぐまちゃんがじょうろやホースを使って水遊びを楽しむ様子が描かれています。「じゃー」「ぱしゃぱしゃ」等水の音をしみながらリズムよく読んだり、こぐまちゃんの動きに合わせて、身振りや表情を加えながら読むと楽しい絵本です。

室内を冷やしすぎて“クーラー病”に気を付けて！

熱中症予防に欠かせないのがエアコンの冷房機能です。ただ適切に使用しないと身体が冷えすぎてしまい体調を崩してしまうこともあるので気を付けて上手に過ごすといいですね。

エアコンを上手に使う“クーラー病”を予防

「クーラー病」は医学的な病名ではありませんが、冷房の使用により体温調節がうまくいけなくなり、さまざまな不調を引き起こす状態をいいます。特に子どもは体温調節機能が未熟なため、冷房による身体の冷えすぎに注意が必要です。

子どもの“クーラー病”の症状とは？

冷房の効いた部屋で長く過ごし身体が冷えすぎると、だるさや頭痛を引き起こしたり、腹痛や下痢の症状が出たりすることがあります。また冷房の風にあたることでのどの痛みを感じたり、空気の乾燥や屋外との温度差が原因で、鼻水やくしゃみが出たりすることもあります。



クーラーを使うときはここに注意！

○風が直接当たらないようにする

身体が冷えすぎないようにしましょう！

○こまめに水分補給をする。

部屋の中でも、のどが渇くので水分補給はこまめにしましょう。

○定期的にフィルター掃除をする。

月に1回程度は、フィルターのお掃除をしましょう。



野菜をおいしく食べられる

手作りドレッシング

【ドレッシングの材料】サラダ油・大2 酢・大1 砂糖・小1 塩・小1/2

①ドレッシングの材料を容器に入れてよく混ぜる。(お子さんと一緒にやるなら蓋つきの容器に入れて振ると楽しくできます。)

②野菜を食べやすい大きさに切り、さっと茹でる。(子どもは茹でると食べやすいです。)

※サラダ油をごま油にすると中華風・オリーブオイルにするとイタリアン風に、塩を醤油にすると和風になります。イタリアン風には、粉チーズをかけるとおいしいです。

9月のお知らせ

「はぐ」子育て講座 収穫祭

秋はおいしいものがいっぱい、「はぐ」でほんものぞく！の野菜や果物を収穫しよう！

日時 9月29日(火)

10:00頃～

14:00頃～

会場 「はぐ」ひがし ひろば室

※予約開始 8月30日(日)～



はぐっとセミナー

おやこで一緒に楽しみませんか！

おとの木さんによる

「わくわく！ふれあいステージ」

日時 9月16日(水) 10:30～11:00

会場 「はぐ」ひがし ひろば室

講師 おとの木 河野氏

※予約開始 8月17日(月)～



ピーカーぶー

0歳対象の赤ちゃんのひろばです。ふれあい遊びや保護者同士のおしゃべりを「はぐ」のお部屋で楽しみましょう！

日時 9月1日(火)、9月8日(火)

2週連続開催のひろばです。

14:00～15:30

※「はぐ」ひろば室は13:30～16:00の間はご利用可能です。

会場 「はぐ」ひがし ひろば室

対象年齢 令和7年10月～令和8年6月生まれ

※予約開始 8月2日(日)～

子育てひろば

「ポップコーン」

日時 9月4日(金)

18日(金)

10:00～

11:30

会場 白糸台文化センター

対象 0歳から3歳児とその保護者



第3日曜日は「ポップコーン・パパ」

東保育所の遊戯室で、お子さんとパパと一緒にあそびませんか。

日時 9月20日(日)

10:00～11:30

会場：東保育所 遊戯室

対象：0歳から3歳児とその保護者

※予約開始

8月21日(金)～

