

ぽこあぽこ

中津市子育て情報 No. 107
2026. 8. 1 発行
中津市役所 こども家庭センター
☎ 0979-22-1103

中津市のHP ↓

ぽこあぽこ

検索



中津市こども・子育て
公式X(エックス)
アカウント



子育て支援センター「ポール」

福祉の里サマリア館内(蛸瀬) 開館：月～金 9:00～14:00

◎アロマクラフト 8/27(木) 講師：ジオパネーラ和才美絵先生
アロマ入り汗拭きシートづくり 参加費200円

◎みんなで知ろう！こどもの救急救命法

9/25(金) 講師：中津市消防署
こどもの心肺蘇生法、異物除去、止血法等の学び



その他の行事

- ◎おやこヨガ 8/4(火)、9/8(火)
- ◎ママのための自力整体 8/6(木)、9/10(木) ※託児あり
- ◎気になること、助産師さんに聞いてみよう！ 8/7(金) おっぱいと楽しい育児
- ◎ビューティー講座 8/18(火) ハンドケア、9/15(火) ヘッドケア
- ◎誕生日手形スタンドづくり 8/19(水)、9/29(火)
- ◎足のメンテナンス教室 8/20(木) 足育
- ◎ごろりんアート 8/25(火) ※対象8か月児まで
- ◎リズムあそび 8/26(水)、9/30(水)
- ◎ベビーマッサージ 8/28(金)、9/24(木)
- ◎おはなし広場 9/9(水) 講師：ゆめクラブ
- ◎出張！丹羽café 9/17(木) お抹茶 参加費200円

※全体として 時間：10:30～11:30
【問合せ先】TEL 0979-64-9062



↑
ポールの
Instagram

各行事は要予約
電話予約受付9時～14時
8月行事予約8/3(月)～
9月行事予約9/1(火)～



『ぽこあぽこ』電子カレンダー版はこちらから →
イベント情報を見ることができます
ぜひご利用ください



子育て支援センター「なすな」

如水こども園内(是則) 開館：月～金 9:00～14:00

◎なすなの日8月:水遊び 8/5(水)、20(木) [定員7組]



◎なすなの日9月:草木染 9/9(水)・24(木) [定員7組]
準備物：染めたい布・ゴム手袋・模様をつける物(割りばし・輪ゴムなど)・エプロン

◎防災講座：ちょこっと安心！備えよう防災！ 9/3(木) [定員10組]

その他の行事

- ◎ピジターさん講座:お楽しみワークショップ 8/26(水) [定員3組]
- ◎びよびよさん 3歳未満の親子で保育体験
8/4・25(火)、9/1・8・29(火) 9:00～ [定員2組]
- ◎たまびよさん 1歳未満の親子や妊婦さんで保育体験
8/19(水)、9/16(水) 9:00～ [定員3組]
- ◎わらべうた遊びと絵本の日 8/18(火)、9/15(火) [定員5組]
- ◎遊ぼう会(季節の遊びを園児と共に楽しみませんか) [定員7組]
毎週金曜 9:30～ 8/7・21・28、9/4・11・18・25

※記載時間以外の開始時間：10:00～
【問合せ先】TEL 0979-32-5620

なすなの
ホームページ
→



びよびよ、たまびよ
参加希望者は「誰でも
通園制度」の申請
をお願いします。

各行事は要予約



8/19は助産師
さん来園

なすなの
Instagram
↓



子育てサークル 元気に活動中!!

子育てサークルでは小さなこどもを持つ保護者の方を中心に、公民館などを拠点に交流を深めています。各サークル随時会員登録集中です！
お気軽に遊びに来てください！

豊田ちびっ子広場 毎週月曜日他 10時～

場 所：豊田公民館他
8/3なすな出前保育、8/17なすなでお誕生日会準備、
8/24お誕生日会、8/31おと倶楽部さん来館、9/7こもんで敬老の日の製作、9/14なすなで遊ぼう、9/28廃材遊び

新規サークルの立ち上げも
募集しています！
興味のある方はぜひ
お問い合わせください。

子育てサークルの
お問合せは
子育て支援センター
「なすな」まで



子育てサークル
紹介ページ
→



各サークルが、季節の行事のイベントや制作などをしたり(誕生日会、クリスマス会、ピクニック、ヨガ教室、運動会、ハロウィンなど)、支援センターなすなを利用したり(焼き芋大会、風あげ、草木染め、クッキングなど)、…と、楽しく活動しています。
このほか教育委員会社会教育課主催の「家庭教育学級」にも参加しています。 ⇒ ⇒ ⇒



三光児童館 三光コミュニティセンター内(三光成恒)

開館：月～金、第2・4土 8:30～17:00



市内在住、
市内通園・通学
者のみ利用可

←
三光児童館の
Instagram

◎そうめん流し大会 9/3(木)

◎親子教室 9/10(木) 先着10組(×切9/8)
※内容は1歳児対象ですが、当日児童館に遊びに来ることは可能です。

◎発達のおはなし 9/17(木) 講師：つくし園の心理士さん



◎バナナパウンドケーキ作り 9/24(木) 10:00～ 先着10組
※材料にバナナ・ホットケーキミックス・卵・砂糖を使用します

「ともだちひろば」 9/16(水) フィンガーアート

耶馬溪地区に三光児童館のスタッフが出張します。
子育ての悩みや心配事もお気軽にご相談ください。

場所：耶馬溪コミュニティセンター

※記載時間以外の開始時間：10:30～
※8月のイベントはお休みです

【問合せ先】TEL 0979-43-5194

遊びに来てね!



大幡子育て支援センター「こもん」

大貞371番地110 開館：月～土 10:00～16:00

各行事は
要予約

◎小児はりお試し会 8/18(火)、9/9(水) [定員6組：託児あり]

講師：山中優希先生
刺さない、痛くない、気持ちいい、こどもの小児はりお試し会



◎リトミック教室 9/29(火) [定員10組] 講師：古江範子先生

◎歌い聞かせの会 8/7(金) [定員13組] 講師：三宅佐知子先生

その他の行事

- ◎ママとベビーのコミュニケーション教室 [定員13組：1か月～未就園児]
8/17(月)、9/15(火) 肌に触れ親子の絆を深めるベビーマッサージレッスン
- ◎こもんの発達相談会 [定員2組：託児あり]
8/24(月)、9/28(月) 10:00～(1組：30分～1時間)
- ◎おともだちあつまれ～の日 [定員13組：託児あり]
8/4(火)・21(金)、9/4(金)・18(金)

こもんの
ホームページ
→



※全体として 時間：10:30～11:30 【問合せ先】TEL 0979-64-9780



家庭教育学級 中津市教育委員会社会教育課

「家庭教育学級」は、小さなお子さんの保護者の方が、子育てについて役立つ知識や情報を学んだり、親子で体操や音楽、英語などを楽しむ「学級」です。毎月いろんな講座があります。

◎9月講座『陶芸教室』 講師：畑辺玄機先生 ※参加費1000円 託児あり
石膏型を使って自由に器づくり※作品のお渡しは2か月後
●9/9(水) 沖代公民館 ●9/17(木) 如水コミュニティセンター
受付：9:50～ 時間：10:00～

※8月の家庭教育学級はお休みです
【問合せ先】TEL 0979-62-9012

行事は
要予約です





桜っ子広場

中津市教育福祉センター内（沖代町）
開館：月・水・木・金・土 9:30～16:00（12:00～13:00を除く）

◎アロマクラフト『虫よけスプレー』 8/26(水)【定員5組】講師：林博子氏

◎おすわりアート 9/30(水) 【定員6組】 講師：井上順子先生

◎親子DEヘアアレンジ 9/9(水) 【定員5組】 講師：miyako先生

その他の行事

- ◎ リトミック 8/6(木)、9/3(木)、10/1(木) リズムに合わせて表現遊び
- ◎ 手話でコミュニケーション 8/21(金)
- ◎ 製作遊び 8/28(金) センサリーボトル
- ◎ 読み聞かせ 8/20(木)、9/24(木)
- ◎ 志帆先生とえいごであそぼう 9/17(木) 【定員10組】
- ◎ 親子ヨガ 8/17(月)、9/14(月) 【定員5組】

※全体として 開始時間：10:30～
【問合せ】TEL 0979-23-1225

各行事は要予約
電話予約受付は9時30分～
8月行事は8/1(土)～、
9月行事と10/1リトミックは9/2(水)～



子育て支援センター「どうしん」

中津市1380番地1（殿町） 村上記念童心館内
開館：月・火・水・金・土・日 9:30～17:00

市内在住、
市内通園・通学
者のみ利用可

◎赤ちゃんアート撮影～絵本の世界～【要予約 各時間20分・1組限定】
8/15(土)・16(日) ①10:00～②10:30～③11:00～④11:30～
テーマ「はらぺこあおむし」「ぐりとぐら」

◎敬老の日ふれあいイベント
9/12(土) 11:00～ 【要予約10組】

その他の行事

- ◎ワクワク絵本 8/4・18(火)、8/8・22(土)、9/1・15(火)、9/5・19(土)
11:00～絵本の読み聞かせや紙芝居・手遊び歌など。
- ◎製作遊び（今年度は絵本がテーマです） 時間随時
8/1(土)～31(月) にじいろのさかな
9/1(火)～30(水) どんないろがすき
- ◎おもちゃ図書館 8/11・25(火)、9/8・22(火) 10:00～

【問合せ】TEL 0979-64-9005

おじいちゃんおばあちゃんの
参加もお待ちしています♪



すくすく子育て講座（愛育研究センター事業）

東九州短期大学内（一ツ松）

◎食育体験講座 【定員8組】講師：麻生愛子先生 参加費300円
8/19(水) 10:30～ トルコ飯・じり焼き・トマトのジュレ
9/16(水) 10:30～ 幼児のお弁当作り
場所：小楠コミュニティセンター

◎親子ふれあい教室 お華・お茶教室 【定員8組】
9/2(水) 10:00～ 講師：島田由起先生 参加費300円

◎親子カフェ～パステルルーム～（製作・親子交流・子育て悩み相談）
8/26(水) 10:00～ 場所：なかつ・こどもいきいきプレイルーム
【定員10組】 講師：森下万貴子先生（臨床心理士・公認心理師）

◎子育て学び教室（親子でコンサート） 9/27(日) 10:30～
いっしょに歌おう～初めてのクラシックとどうよう～ 【定員20組】
講師：新見準平先生（バス・バリトン歌手）、前野涼子先生

※全体として 対象：0～5歳の未就園児親子
【問合せ】東九州短期大学 地域連携子ども教育研究センター
TEL 080-3222-4119

各行事は
要予約・先着順



↑
すくすく子育て講座
ホームページ

なかつプレーパークで遊ぼう!!

桜っ子広場「外あそびの日」
・8/15(土)
「色水遊びをしよう」
・9/19(土)
「木陰でお話聞こう、大きなシャボン玉とぼそ」

みんなで遊び場をつくろう会「おっちょるデー」
・8/16(日)
「第59回みんなで遊ぼう会」
・9/20(日)
「秋見つけネイチャーゲーム」

時間：
10:00～12:00

場所：
中津市教育福祉センター横
（なかつプレーパーク）
※参加無料 雨天中止

問合せ：
みんなで遊び場を
つくろう会事務局
TEL :090-9498-5669



中津市立図書館

「赤ちゃんおはなし会」【要予約20組】
日時：8/19(水)、9/16(水) 11:00～11:30
場所：視聴覚室 対象：0歳児
内容：スキンシップのとれる「わらべ歌あそび」や
「手遊び」、「絵本の読み聞かせ」など

「あかちゃんタイム実施
(8/19、9/16 10:00～12:00)
小さなお子さん連れの方が
気兼ねなく利用できるよう
図書館で設定する時間で

「おはなし会(幼児向け)」【要予約20組】
日時：8/3・10・17・24・(月)、9/7・14・28(月) 11:00～11:30
場所：視聴覚室 対象：未就学児
内容：絵本の読み聞かせや紙芝居・手あそびなど

「日曜おはなし会(幼児向け)」【要予約20組】
日時：8/30(日) 11:00～11:30
場所：視聴覚室 対象：未就学児
内容：絵本の読み聞かせや紙芝居・手あそびなど

「秋のお楽しみおはなし会(幼児向け)」【要予約80組】
日時：9/20(日) 14:00～15:00
場所：視聴覚室 対象：未就学児
内容：「音楽と絵本の読み語りグループSORA」さんによる楽しいおはなし会

「図書館上映会(児童向け)」【先着順20名程度】
時間：14:00～ 場所：視聴覚室
日時：8/1(土)「科学×冒険サバイバル! 2」(70分)
8/15(土)「はたらく細胞1 vol.7」(46分)
9/12(土)「シナぷしゅ5周年! 全員集合ぷしゅ～!」(60分)
9/26(土)「トムとジェリー 花火はすごいぞ」(49分)

小幡記念図書館（代表）
中津市1366番地1（片端町） 電話：0979-22-0679
（開館時間） 9:00～19:00（休館日）毎週火曜日 他

内容、日時変更の
場合があります
図書館ホームページで
確認してください

図書館ホームページ
↓


施設利用の
申込はコチラ

熱中症に気をつけましょう

熱中症は屋外だけでなく、屋内でも起こります。自覚症状のないまま重症
や生命の危険をまねくことがあります。熱中症の危険性を理解して、発生
を未然に防ぐことこそ大切です。

このような症状があれば熱中症かも!!

熱中症の疑いがある症状	対応
- めまい - 立ちくらみ - 筋肉痛 - 汗がとまらない - 頭痛 - 吐き気 - 体がだるい - 集中力の低下	脇の下・太もものつけね などを冷やす 涼しい場所に移動する 飲めるようであれば 水分を少しずつ 頻回に取らせる

次のような場合は、すぐに救急車を呼びましょう

- 自分で水が飲めない
- まっすぐに歩けない
- けいれんがある
- 返事がおかしい
- 意識がない

熱中症警戒アラートのメール等配信サービス
環境省「熱中症予防情報サイト」



子どもを熱中症から守るために気をつけたいこと

- 行動の工夫 ----- 無理をせず暑さをさけよう
- 屋内の工夫 ----- エアコンや扇風機を活用して温度管理
- 服その工夫 ----- 涼しい服そので熱と汗を発散しよう
- 水分補給の工夫 --- こまめに水分と塩分を一緒に摂ろう