センター便り
2026.11月号
vol.75

いつでも おいで
みんなの
PLAY
Ma-chil-da
- Toy & Friends -

浦添市立 浦城っ子児童センター

開館
月・火・水・木・金・土　10:00-18:00
（火・木のみ夜間解放 18:00-22:00）
※祝祭日・慰霊の日・年末年始を除く
※11月～1月の期間は暗くなるのが早いため帰宅指導時間が早くなります。

センターのルール

みんなで楽しく遊べるよう
ルールを守って来館しよう!

◎必ず水筒（マイコップでもOK）とタオルを持ってくる
◎自転車・リップステックは禁止
◎おもちゃやお金、貴重品は持ってこない
◎センター内では携帯電話は使用禁止です
◎マイシューズ・マイボールは夜間のみOK

センターの利用には浦添市公式LINEから利用登録が必要です
浦添市公式LINE

Information ーお知らせー

図書の日　11/21 土

普段とはちがう児童センターの雰囲気を感じながら、読んでみたい本を読んでみよう！何か新しい発見があるかも。



思いっきりアート　11/25 水　15:00~17:00

ルールを守って思いっきりアートを楽しもう！
第２回は粘土に触れてみよう。
当日は汚れてもいい服装できてね！

秋祭り　11/27 金　16:00~20:00

食欲の秋！スポーツの秋！芸術の秋！
秋を感じながら、みんなで楽しもう♪
詳しくは SNS をチェックしてね



児童センターフェスティバル　11/28 土

浦添市内すべての児童センター同日開催！
各児童センターでフェスティバルを開催します。
当日はシャトルバスで色々なセンターにいけるよ！
詳しくは裏面をチェックしてね

Hot ー最新情報ー

バレーとバスケが大人気！





バレーでは、お友だちと声をかけ合いながらラリーをつなげることに夢中になっています！
バスケでは「イレブン」というゲームが人気で、シュートが決まるたびに歓声が上がり、大盛り上がり！

Dr.BustoSの脳あしび～

ブルーライトとは



心理・教育、脳の発達などを日本の大学にて研究し長年教鞭も取られていたアメリカ心理学会のメンバーでベテランの先生です!

ブルーライトは、人の目に見える光（可視光線）の一部です。いちばん身近な発生源は太陽の光で、ほかにも蛍光灯やLED照明、パソコン、スマートフォン、タブレットなどから出ています。
日中にブルーライトを浴びることは、体内時計を整え、自然な睡眠と目覚めのリズムを保つことにつながります。一方で、電子機器の画面を長時間見たり、目に近づけすぎたりすると、目の疲れやかすみ、頭・首・肩の痛みにつながることがあります。
特にこどもは、大人よりも多くの光が網膜（もうまく）に届くため、影響を受けやすいと考えられています。
デジタル機器との上手な付き合い方を、おうちでも話してみませんか。

参考文献：Cleveland Clinic, healthessentials, HP.



Column ー豆知識ー

ありがとう

11月23日は「勤労感謝の日」

11月23日はなんの日か知っていますか？「勤労感謝の日」といって、はたらく人に「ありがとう」をつたえる日です。むかしは「新嘗祭（にいなめさい）」とよばれ、お米がたくさんとれたことに感謝する日でした。
まわりを見てみると、はたらく人がたくさんいます。給食をつくる人、バスを運転する人、お店に品物をならべる人、そしておうちの人。毎日ごはんが食べられるのも、だれかがはたらいてくれているからです。
まずは身近な人から。「いつもありがとう」、言ってみよう!

浦添市立　浦城っ子児童センター
〒901-2132浦添市伊祖2-13-2　☎098-878-6815　urashiro@officeheart.co.jp
発行元：指定管理者（株）オフィスハート copyright©2026 Office Heart. All rights reserved.
instagram　FaceBook　HP

第18回 浦添市児童センター

遊びとまなびの チャンプルー～フェスティバル

集まれ！こだっこキッズ！



むりょう
無料シャトルバスが まわってるよ！





にゅうじょうむりょう
入場無料

2026
11/28(土)

浦添市内の
各児童センターにおいて、
家族みんなで楽しめる
イベントを開催します！
無料シャトルバスにのって
児童センターをまわってみよう！

市内11の児童センターで開催するよ

とうろく
児童センター登録カード
（QRコード）を
持っている子は
わすれないでね！



各児童センター
イベント内容や時間
シャトルバスについては
QRコードをチェックしてね。

各センター詳細QR



お問い合わせ／浦添市役所 こども政策課 ☎876-1282

主催：浦添市こども政策課

前田ユブシヶ丘児童センター



13:00　受付開始

ユブシケービン鉄道ぬ旅

トランスポーテーション体験型アクティビティ

さまざまなミッションに挑戦しながら
かつての沖縄の暮らしや文化を
体験しよう！合言葉は・・・

「シッタンガラガラ、アフィー！」

全てのミッションをクリアし、
過去の旅から無事に戻って
くることができるのか？！

さあ、出発だ！
ケービン鉄道ぬ旅へ

まちなと児童センター



秋まつり

13:00～16:00

まちっコインを使って、
お店や遊びを楽しもう！

【遊びコーナー】
輪投げやさかなつり
など

【おやつやさん】
じゅーしーおにぎりなど

お友だちや家族といっしょに
秋のおまつりを楽しもう♪

うらそえぐすく児童センター



【午前の部】10:30～11:30

**いのちを守る体験！
こども向けAED体験講座**

協力：社会医療法人　仁愛会
浦添総合病院・沖縄PUSHネットワーク
琉球大学医学部サークル『ちびドク』

【午後の部】13:30～16:00

やればできる！わくわく♪こども実行委員企画
『みんなで楽しもう！秋まつり♪』

経塚児童センター



モルックやシャフルボードで遊ぼう！

10:00　受付開始

【モルック】
木の棒を投げてピンを
たおすフィンランド
生まれのスポーツ

【シャッフルボード】
円盤をスティックで
押し出して得点を
ねらうゲーム

小さな子から大人まで、異年齢・
多世代で楽しむ交流遊びを行います！

アート体験プログラム
13:00　受付開始

楽器演奏やパッチワークも
予定しています！

森の子児童センター

もり～タウン20周年祭

11:50　受付スタート
12:00　式典・オープニングスタート
12:30　食・遊び・体験のブーススタート

おいしいもの、楽しい遊び
ワクワクの体験がいっぱい！
20周年をみんなでお祝いしよう！

内間児童センター



木育推進　12:30　受付スタート

【木育】木のおもちゃがいっぱい♪
小さなお友だちもいらっしゃい

【工作】木を使った工作を楽しもう！

【あそびチャレンジ】
様々な遊びにチャレンジし、
遊びマスターになろう！

宮城っ子児童センター

12:30　スタート

eスポーツ × ミニメリータウン

～こども店長がいっぱい～

【eスポーツ】
みんなでゲームに挑戦して盛り上がろう！

【ミニメリータウン】
仮想通貨『メリー』を使って社会の
仕組みを遊びながら体験しよう！
食べ物のお店、あそびの
お店があるよ！

あそびに来てね！

若草児童センター

木育推進　12:30　受付スタート

【木育】木のおもちゃがいっぱい♪
小さなお友だちもいらっしゃい

【工作】木を使った工作を楽しもう！

【あそびチャレンジ】
様々な遊びにチャレンジし、
遊びマスターになろう！

西原児童センター



にしばるシーワールド

【午前】10:00～11:30
お化け屋敷＆クイズラリー

【お昼】カレーライス（50食）

【午後】13:30～16:00
いろんな遊び・制作コーナー

ゲームをクリアして、景品をゲットしよう！

参加したみんなには
ポップコーンもあるよ！

宮城ヶ原児童センター



わらびんちゃー結結大作戦2026

【午前】10:00～12:00
SDGsあしびなー
楽しい遊びを通してSDGsを学ぼう！

【午後】13:30～16:00
防災ガス発電機で調理体験をしよう！
協力：浦添ガス工業株式会社

浦城っ子児童センター



木育推進　12:30　受付スタート

【木育】木のおもちゃがいっぱい♪
小さなお友だちもいらっしゃい

【工作】木を使った工作を楽しもう！

【あそびチャレンジ】
様々な遊びにチャレンジし、
遊びマスターになろう！

発行元：指定管理者（株）オフィスハート copyright©2026 Office Heart. All rightsReserved.