

いつでも おいで

みんなの

PLAY
Ma-chil-da

- Toy & Friends -

浦添市立
内間児童センター

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

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 -お知らせ-

こども食堂

夏休み期間中も
毎週土曜日はおにぎりがあります!
センター内で食べることもできます!
その他は各センターにお問い合わせください。



Hot -最新情報-

大きくなったら何になりたい?



先日、けいじ館長が母校の
沖縄キリスト教短期大学
からの依頼で、後輩たち
へ講話を行いました。児童
センターでのお仕事や、こ
どもたちと過ごす日々のや
りがいを、写真を交えてお話ししました。将来を見つ
める後輩たちの、真剣なまなざしが印象的でした。
みんなは大きくなったら、何になりたい? なりたい
事が見つかったら、館長や先生に教えてね♪

梅シロップ・赤しそジュースづくり

みんなで梅シロップと赤
しそジュースを作ったよ!
梅を一つひとつやさしく
洗って、さとうとかわりば
んこに重ねたり、赤しそ
の葉をコトコト煮出したり。
梅のあまいにおい、しそがパツと赤くなる魔法みた
いな色に、驚きいっぱい。夏に美味しく飲もうね♪



オフィスハートから皆さんへメッセージ

スマホやりすぎ注意!!



OfficeHeart&Co.

夏休みは、スマホやゲームにふれる時間が増えますね。楽しい
はずなのに、やめられず、終わったあとなんだかモヤモヤする
そんな経験はありませんか。精神科医アンナ・レンブケは『ドー
パミン中毒』の中で、脳は"快楽"と"苦痛"をシーソーのようにつ
り合わせていると説きます。動画やSNS、ゲームは、指先ひとつで強い快感を何度
も与えてくれます。お酒やたばこならまだしも覚醒剤ほどの中毒性があるという
研究結果もあります。

大切なのは、少し距離をおくこと。外で体を動かし、友だちと遊び、本を開く。すぐ
には楽しくなくても、その"ひと手間"が、心を深いところから元気に戻してくれま
す。児童センターにも、夢中になれる遊びがたくさん待っています。この夏、スマ
ホと上手につきあいながら、本物の楽しさにたくさん出会えますように。

参考文献: アンナ・レンブケ 著『ドーパミン中毒』(新潮新書)

木育
推進

木育は五感を刺激し、
健やかな成長に不可欠です!

すこやか木育ひろば

木育体験が
無料でできます!



午前中は赤ちゃんもゆったり
過ごせますよ!!

小さな友達も
いらっしやい

Column -豆知識-



「エイサー」ってどんな踊り?

夏の夜、太鼓の音が聞こえてくると、いよいよエイサーの季節ですね。エイサーは、お盆に
帰ってくるご先祖さまを送り迎えするために踊られてきた、沖縄に古くから伝わる踊りです。青
年会の若者たちが大太鼓や締め太鼓を打ち鳴らし、地域の道を練り歩く「道じゅねー」は、夏
の風物詩。力強い掛け声とにぎやかな音色には、ご先祖さまへの感謝と、地域みんなの願い
がこめられています。今では沖縄全島エイサーまつりでも披露され、県外からも多くの人が訪
れます。この夏、太鼓の音が聞こえてきたら、ぜひ足を止めて、沖縄が受けついできた踊りを、
家族で味わいましょうね。

浦添市立 内間児童センター

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

〒901-2121 浦添市内間3-28-12 ☎098-876-1502

✉uchima@officeheart.co.jp



instagram



FaceBook



HP

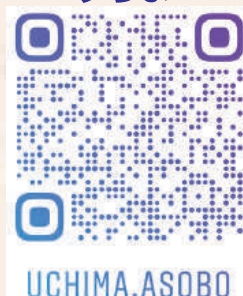
夏休みのイベント

たくさんあそび、勉強し、ねて、食べて、、、夏休みを思いっきり楽しもう！
やりたいことがあったら意見箱にかいてね♪みんなで楽しい夏の思い出を作ろう！

わかくさ



うちま



うらしろっこ



イベント情報はインスタグラムにて更新！
お家の方と一緒にチェックしてみてね♪

沖縄県内のイベント

40日間の長い夏休み。安全に楽しく過ごしましょう。
県内各地でのイベントレジャーに海水浴・・・
QRコードを読み取り情報をゲットしよう！

沖縄イベント (オキイベ！)



夏休み おでかけガイド！



沖縄の海を安全に楽しもう (気をつけたいこと)



「広報うらそえ7月号」の夏休み特集♪

公民館や図書館、リサイクルプラザ
などで開催されるイベント紹介



自由研究のヒント

「なにをしよう？」と迷ったら、身近な“ふしぎ”を調べてみよう！
↓の内容もおもしろそうだよ！

小学1・2年生向け みずかな「なぜ？」を見つけよう

★こおりはどこがいちばん早くとける？

→日なた、日かげ、へやの中でくらべよう。

小学3・4年生向け くらべて、ためして、記録しよう

★色水をまぜると何色になる？

→赤・青・黄を使って色の変化を調べよう。

小学5・6年生向け 予想を立てて、結果を考えよう

★同じ量の水、どの容器が早く蒸発する？

→広さや置く場所で違いを調べよう。

①予想する ②ためす ③記録する ④わかったことを書く



読書感想文の書き方のコツ

本のえらび方

好きなこと・気になるテーマの本を選ぶと書きやすいよ。 うすい本でも大丈夫！
児童センターにもたくさん本があるから、読んでみたい本を探してみよう♪

読みながら

心にのこった場面、印象的だった場面、気に入ったワードなどに、
ふせんを3カ所くらいはっておこう！

書き方のコツ：3つのおへや

- はじめ
なぜこの本を選んだか/どんなお話か少しだけ
- なか
心にのこった場面と、そのとき自分がどう思ったか(自分の体験と重ねると◎)
- おわり
読んで変わったこと・これからやってみたいこと



感想文としてのコツ

「おもしろかった」で終わらず、“なぜそう思ったのか”を書く感想文らしくなるよ！