

いつでも おいで

みんなの



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・リップスブックは禁止

◎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-

あそび・子育て出前支援 9/10 木 午前中

by内間こども園  
「わくわく」

小さな友達  
いらっしゃい

はじめてのお友達も大歓迎!  
親子でいっしょに楽しめます♪



敬老の日工作 9/14 月 9/19 土

大好きなおじいちゃん、おばあちゃんに「ありが  
とう」をとどけるプレゼントを作ろう。

図書の日 9/19 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。

クラブ参加者募集中

◎たいこクラブ 琉球古典太鼓  
火曜日16:30-17:30 講師:天久 和子先生  
初めてのお友達も大歓迎!詳しくは先生に聞いてね♪

Hot -最新情報-

新しい絵本やマンガがあるよ!

児童センターの本だなに、  
新しい絵本とマンガが仲間  
いりました。おはなしの世  
界にとびこめる絵本から、つ  
づきが気になるマンガまで、  
いろいろそろっています。



読みたい本があったら、いつでも手にとってみてね。  
「こんな本が読みたい」リクエストも、先生に教えてね。

## Dr.Bustosの脳あしび〜

音楽と脳の活性化



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!

特定の曲や音楽を聴くと、リラックスできる—そんな経験をしたこ  
とはありませんか。こうした効果は、音楽が感情や運動を司る脳の特  
定の領域を活性化させることによって生じます。快感、意欲、報酬、幸  
福感に関わる神経伝達物質であるドーパミンは、音楽(特に好きな音  
楽)を聞くと増加します。

クラシック音楽はドーパミンのレベル、ポップミュージックはオキシト  
シンというホルモンのレベルを上昇させ、電子音楽は脳の報酬系の  
活動を高めることが証明されています。ヘビーメタルはテストステロ  
ンとアドレナリンの増加と関連付けられています。

音楽は素晴らしいものです!児童センターでいろいろな音楽を楽し  
みましょう!

参考文献:M.L. チャンダ、雑誌認知科学のトレンド2003年4月

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  
いらっしゃい



## Column -豆知識-

早く寝たいなら、まず朝のカーテン

夏休みが終わり、なんだか朝がつらい人  
はいませんか。実は体の中には「体内時計」  
があり、1日はぴったり24時間ではなく、少し  
ずつずれていくといわれています。それを毎  
朝リセットしてくれるのが、太陽の光です。朝  
に光を浴びると、その約14~16時間後に眠  
気をさそうメラトニンというホルモンが出は  
じめます。つまり、早く寝たいなら早起きより  
先に「朝、カーテンを開ける」ことが近道。秋  
は日の入りが早くなり、体もリズムを整えや  
すい季節です。まずは一週間、朝の光を浴び  
ることから始めてみましょう。

浦添市立 内間児童センター

〒901-2121浦添市内間3-28-12 ☎098-876-1502

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

✉uchima@officeheart.co.jp



instagram



Facebook



HP

# 若草夏祭り・内間夏祭り・浦城っ子夏祭り ～この夏の『やりたかった!』夢を叶えよう!～

この夏やりたかったけど、できなかったことはないかな？  
やりたかった『夢を叶えよう』をテーマに夏祭りを行いました！  
笑顔いっぱいの日になったね



## 工作いろいろ

4種類の工作に挑戦！世界に一つだけの作品を完成させたね。次は何を作ろうか楽しみだね！



## フェスティバルに向けて

11月のフェスティバルに向けて、こども実行委員がスタート！自分たちで考え、話し合いながら準備中。本番まで一緒に頑張ろうね！



## 宮城っ子ホラーハウス

宮城っ子のホラーハウスにみんなでチャレンジ！ドキドキを乗り越えた、この夏のとっておきの思い出になったね。

