

地域子育て支援センター  
情報紙「むるむる」  
子育てのたのしみを広げるセンターです



むるが家ブログ

〒900-0003  
那覇市字安謝 2-15-2  
あじゃ保育園  
地域子育て支援センター  
携帯：080-3909-2584  
TEL：098(862)2584  
令和8年5月発行 No.326

ジージー ジージー 日本最南端の八重山地方では夏の到来を告げる体長1.6cm程のちいさな“イワサキクサゼミ”の大合唱が始まっているそうだ。もううりずんの季節だ。いよいよ“今日もあつね”の季節がやってくる。暑くなると思いだすことばがある。“ティラネーラスン”（太陽を萎えさせる）だ。

夏の暑い時間。“ナマ パルンガティ イキネー ティダマキ スンドー”（今、畑に行ったら太陽負けするよ） “ティダ ネーラチカラ イクサー”（太陽を萎えさせてからいくよ） オバーたちの会話である。いいねえ～。

走りまわっていた子どもたち、いきなりゴツーン!“あがぁ～” ウーン、イタイよね。 食いしん坊していると“ガチマヤー”。私もいわれそうだ。 私達がよく使う“ナンクルナイサ”は下の句がひとり歩きして、上の句があつて“マクトゥソーケー ナンクルナイサ”

（誠実に生きておけば 何とか時間が解決してくれる。道が開けるよ）が本当らしい。確かに下の句だけだと“なんとかなるさ～”…と少しいかげんにきこえる。やっぱり上の句があつてこそなのだ。ナツク、ナツク。 “クトゥバ ジンケー”（言葉は銭使い）（人にはいっていけないことば、悪いことばがある。ことばはお金を使うときのように慎重に使わなければいけない） うっかりいって人を傷つけることがよくある。“クトゥバ チュラサハ チムチュラサ”だ。（心から人へいたわりをもって話せば自然にきれいなことばがでてくる）他にもすてきなウチナーことばがたくさんある。“イチャリバチョーデー”“チムグクル”“チムドンドン”などウチナーことばはドキッとすると率直で味わいのある響きがあつて私は大好きだ。（三木元子）

利用案内	午前 9:30～12:30	午後 13:00～15:30
月～金	1歳～就学前	0.1歳
水	ゆうぎ室の利用日のみ年齢制限なし	
第1・第4金曜日	1歳～就学前	6か月までと妊婦さん
土	0歳～就学前	相談日(15時まで)

※育児相談(電話・面談)は随時受けつけていますが、出前支援や研修等で担当員不在の時もあるので、事前にお電話にてお問い合わせください。  
Tel 080-3909-2584

※兄弟組は上のお子さんの時間に合わせるとのご利用時間となります。ご了承ください。  
※ごろごろの日は6ヶ月までのお子さん、妊婦さんの日となります。6ヶ月までのお子さんは0.1歳の時間帯もご利用になれます。



日	月	火	水	木	金	土
					1 PM ごろごろの日 (6カ月までと妊婦さん)	2 ※要予約 自主企画活動 浜うり
3	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7※要予約 AM・PM ゆうぎ室 育児講座 母の日のプレゼント	8	9 ゆうぎ室 わらびんちゃー Day
10	11 AM 砂場あそび	12 AM 出張むるが家 ガジマル保育園	13 AM・PM ゆうぎ室 わらびんちゃー Day	14 身体測定	15 PM 自主活動	16 ゆうぎ室
17	18 AM 出張むるが家 松川公民館	19	20AM・PM ゆうぎ室 誕生会 わらびんちゃー Day	21 AM 出張むるが家 真嘉比自治会館	22※要予約 AM 育児講座ポディー ペインティング PM ごろごろの日 (6カ月までと妊婦さん)	23 ゆうぎ室 わらびんちゃー Day
24	25 AM 砂場あそび	26	27	28 AM 出張むるが家 安謝東原公園	29※要予約 AM・PM 育児講座 ちんぴん作り	30 ゆうぎ室
31						

5月生まれのおともだち

むるが家のみなさんでお誕生日をお祝いしましょう。  
誕生会に参加できる5月生まれのお子さんは、14日(木)までに名前をボードに書いて下さい。手形を取りますので担当員にお声かけ下さい。

育児講座 **ポディーペインティング**

お家ではちょっとできないダイナミックな絵の具遊びをしましょう♪  
5月22日(金)10時～要予約  
☆午後のお子さんも参加できます。当日は大人も子どもも汚れても良い服装で来て下さいね。

出張むるが家

5月12日(火) ガジマル保育園  
5月18日(月) 松川公民館  
5月21日(木) 真嘉比自治会館  
5月28日(木) 安謝東原公園

時間: 10時～11時15分  
※雨天や悪天候の場合は中止です。  
むるが家であそびましょう!

※松川公民館は駐車場が2台のみ。  
ガジマル保育園は駐車場がありません。ご了承ください。

育児講座 **母の日のプレゼント**

毎日頑張っているお母さん  
ちょっぴり自分にご褒美はいかがでしょう?  
むるが家からささやかな癒しのプレゼントをご用意しています♪  
【講師】セラピスト 嘉手川かおり氏  
【内容】・ハンドトリートメント or フットトリートメント  
上記のいずれかをお選びいただけます♪

【日時】AM・PM 要予約  
5月7日(木) ★AM9時45分～ ★PM13時～  
★人数に制限があります。お早めにお申し込み下さい。

育児講座 **ちんぴん作り**

5月29日(金)  
AM・PM 要予約

ユッカヌヒとは旧暦の5月4日のことを言い、海の神様への祈願祭と子どもの成長と無病息災を願う行事です。ちんぴんやポーポーを神仏にお供えする風習があります。むるが家では、5月29日(金)にユッカヌヒにちなんで、ちんぴん作りをしたいと思います。

# 「むるが家」の意味は「みんなの家」

お父さんも お母さんも  
おじいちゃんおばあちゃんも 近所のおばちゃんも…  
お子さんとどうぞ気軽に遊びに来て下さい

## あじゃ保育園の2階に「むるが家」があります。

小さな畳のお部屋と木のテラス、色々なおもちゃで遊んだり、同年代のお友達とあそべます。お母さんお父さんにとっては、情報交換や悩み相談のできる場です。

もちろん、何もなくても気ままに過ごすだけでもOKです♪

担当員も一緒に遊び、一緒に考えます。

保育園の砂場や広場、こども園のホールでもあそべます。

夏はプールや水遊び、どろんこあそびも楽しめます。

育児講座や季節の行事もみんなで楽しみましょう。

絵本の貸し出し  
0才～4・5才向けの絵本を中心に大人向け子育て本もあります。

時々保育園のお友達とお散歩やわらべうたで一緒に遊びます。

畑もあります！  
土と触れ合いませんか？

## 身体測定

毎月1回身体測定を行っています。特に赤ちゃんのお母さんにとってはビックイベントですね♪  
今月も大きくなったかな？

## 誕生会

ささやかですが、みんなでお祝いします。お父さん・お母さん・家族のみんなもおめでとう！誕生会に参加できる誕生月の子はむるが家のボードに名前を書いて下さい。予め手形を取って誕生会でプレゼントします。

## 保育体験

同じ年のお友達がいる、あじゃ保育園のクラスに親子で入って保育体験してみませんか？ご希望の方はむるが家で申し込んで下さい。

☆日程・時間はクラスと調整しますのでご相談下さい。

☆給食希望の方は試食費 300円をお願いします。

## このゆびと～まれ♪

つくってみたいもの、やってみたいこと、一人ではちょっと…ということありませんか？むるが家で仲間を集めてやりましょ♪やりましょ♪

## 出張むるが家 (出前保育)

10時～11時15分 (月・火・木)  
むるが家があじゃ保育園から飛び出して、地域に出向きます。お家の近くの広場であそびましょ。

(真嘉比中央公園・真嘉比自治会館・安謝東原公園等)

## プレママさんいらっしゃ～い おなかの赤ちゃんとお遊びにきませんか？

午後のむるが家は赤ちゃん親子でのんびりゆったり。赤ちゃんを実際に見たり、お母さん達とおしゃべりしながら産後・子育ての心の準備をお手伝いします。気軽に遊びに来て下さい。座談会などの企画もします。

第1・第4金曜日は妊婦さんの日ですが、それ以外でも午後1時～3時の間にいつでもお越しください。

ユッカヌヒーは沖縄の旧暦5月4日に行われる海神様への祈願祭で、ハーリー大会や家庭での御願が行われる伝統行事です。

## ユッカヌヒー

ユッカ(四日) ヌ(の) ヒー(日)で、旧暦5月4日のことをいいます。

2026年でいうと6月18日(木)がユッカヌヒーとなります。

沖縄では、漁業の安全や豊漁を祈る日として古くから漁村で行われてきました。海神様への奉納行事として、伝統的な沖縄の漁船「サバニ」に乗り、チームごとに競漕するハーリー大会が有名です。昔はハーリー大会の日におもちゃ市が立ち並び、子ども達にとっても特別な日でした。

家庭ではヒヌカンや仏壇に沖縄のおやつ「ちんぴん」や「ポーポー」をお供えし、家族の無事や健康を祈ります。

