

さいたま市子育て支援センター「みぬま」は、0～2歳児のお子さんと保護者の方を対象とした遊びと交流の場です。

<ご利用は全て無料です>



みぬまっくです！



ご予約・お問い合わせ ☎ 048-747-4531 受付・開室時間 9時～16時

夏本番ですね！涼しい子育て支援センターに遊びにいらしてみませんか。オンラインで参加できるプログラムもいろいろありますので、暑くて外出がたいへんな日などにも、ぜひどうぞ！1か月検診が終わった赤ちゃんから、お待ちしています。小さな赤ちゃんたちも、周りをよ～く見たり、音や声を聴いたりしながら過ごしていますよ。人見知りや場所見知りがあったり、いっぱい泣くのも大歓迎です♪皆さんとスタッフとで、安心して過ごせるうれしい場を一緒につくっていきましょう。

【ご利用について】0歳～2歳 ※2歳児については年度末(3歳になって最初の3月末)までのお子さんと保護者が対象です

●「みんなの時間」はご予約なしで来室できます。混雑時には、ご利用時間の調整などをお願いする場合があります。

「みんなの時間」以外は予約制です。参加希望日の1週間前から、電話または来室にて予約ができます。空きがあれば、当日申込も可能です。

●月間予定表の紫枠のプログラムは、8月末分まで、予約をお受けしています。

●「来室+オンライン♪」のプログラムには、「みぬまっく」マーク がついています。支援センターからも、Zoomからも、参加可能です。

●ほっと、ふーっと(和室)は、1組でゆっくり遊べます。AMは9:30～12:00、PMは13:00～15:30です。(要予約)

●おむつ替えシート・バスタオル(ねんね期の赤ちゃん)・水分補給用飲料物をお持ちください。おやつ・食事はご遠慮いただいています。

●熱、咳等、体調がすぐれない場合には、来室をお控えください。

『赤ちゃんといっしょ』がうれしくなる時間

来室+オンライン♪

8月30日(金) 13:40～15:00

子育てであわただしい日々。ゆっくり、わらべ歌あそびや手遊びなどを楽しみながら、赤ちゃん、ほっと、うれしい時間をもちませんか？

子育てで気になることを聞いたりできる時間もありますよ。「ほっこり♪“絵本の魔法の10min.”」のコーナーも♪



5日(月)		6日(火)		7日(水)		8日(木)		9日(金)		10日(土)		11日(日)		
みんな ～13:00	AM ほっと ふっと	みんな 9:00～ 16:00	AM ほっと ふっと	みんな ～13:30	AM ほっと ふっと	休室日 みぬまっくインスタ フォローしてね!		みんな	AM ほっと ふっと	みんな	AM ほっと ふっと	休室日 (山の日)		
★ねんね期 13:30～ 15:00(予約)	PM ほっと ふっと		PM ほっと ふっと	ママストレッチ 14:00～15:00 (予約)	PM ほっと ふっと				PM ほっと ふっと		PM ほっと ふっと			
みんな	ふっと		ふっと	みんな	ふっと				みんな		みんな			
12日(月)		13日(火)		14日(水)		15日(木)		16日(金)		17日(土)		18日(日)		
休室日 (振替休日)		みんな 9:30～11:30 (予約)	子育て サロン も (予約)	みんな	AM ほっと	みんな	AM ほっと	みんな ～13:00	AM ほっと	みんな	AM ほっと	みんな	AM ほっと	
毎月の 月間 予定表		13:00～ みんな	PM ほっと		PM ほっと	誕生会 (予約) 11:00 ～12:00	PM ほっと	★ハイ ハイ期 13:30～ 14:30 (予約)	PM ほっと		PM ほっと		PM ほっと	
						みんな		みんな					シングル マザーズ サロン (予約)	
													PM ほっと	
19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)		23日(金)		24日(土)		25日(日)		
みんな ～13:00	AM ほっと	みんな	AM ほっと	みんな～13:00	AM ほっと	休室日		みんな	AM ほっと	みんな	AM ほっと	みんな	AM ほっと	
親子ふれあい ひろば(ベビマ) 13:40～ 15:00(予約)	PM ほっと	誕生会 (予約) 11:00 ～12:00	PM ほっと	★ハイハイ期 13:30～14:30 (予約)	PM ほっと	ブログ みぬまっく ワールド!			PM ほっと		PM ほっと	みんな	PM ほっと	
みんな	ほっと	みんな	ほっと	みんな	ほっと				みんな		みんな		みんな	
26日(月)		27日(火)		28日(水)		29日(木)		30日(金)		31日(土)		身長計・体重計 あります。 お声がけください		
みんな ～13:00	AM ほっと	セミナー みぬまっく (予約)	AM ほっと	ふたごみっこ サロン (予約)	AM ほっと	みんな ～13:30	AM ほっと	みんな ～12:00	AM ほっと	みんな	AM ほっと			
★ねんね期 13:30～ 15:00(予約)	PM ほっと	13:00～ みんな	PM ほっと	13:00～ みんな	PM ほっと	リトミック 2回開催 裏面参照 (予約)	PM ほっと	赤ちゃん といっしょ (予約)	PM ほっと		PM ほっと			
みんな	ほっと							15:15～ みんな			PM ほっと			



- ★「みんなの時間」は、おもちゃやすべり台などで、自由あそびを中心にすごしています。0～2歳児（3歳になって最初の3月未まで）のお子さんたちが対象の時間です。「手遊び&絵本タイム」を10:15・11:45・14:30・15:45頃に行っています。
- ★「ねんね期・ハイハイ期の赤ちゃんの時間」赤ちゃんを楽しめる親子あそびをしたり、みんなでおしゃべりしたりしましょう。
- ★「ほっと、ふーっと」のお部屋 親子で一息つける、畳のお部屋です。遊具もいろいろあり、ゆっくり遊べます。（各時間帯1組）  
AM9:30～12:00 PM13:00～15:30 ※時間内で、ご都合のよい時間に利用できます。※スタッフと話したり、相談もできます。

## 支援センターに来室しての参加も、ご自宅等からZoomでの参加もOK!

暑い日や、帰省中など、Zoom参加がおすすめ!



## みぬまっくの『来室+オンラインプログラム』

### 『ベビベビとーく』来室+オンライン♪

8月2日(金)13:40～15:00

甲高い声やうなるような声、表情、全身の動き...  
どれもステキな赤ちゃんのおしゃべり♪どんな  
気持ちかな?この子の育ちをよく知っていける  
時間です♪絵本や手遊びなども♪ 協力:渡邊寛さん



### パパがひらく子育てサロン「すもも」みんなおいで♪

8月25日(日)10:00～11:30 来室+オンライン♪

パパも子育て支援センターにいらしてみませんか?  
赤ちゃん・子どもと一緒に「パパの絵本シアター」や  
パネルシアター、手遊び歌などを楽しむ時間や、  
子どもや子育てのことなど、話し聴きあえる時間も  
あります。パパとお子さんで、ご家族で、ママとお子さんでなど、  
いずれの参加もOKです。アドボケーター:渡邊 寛さん



### あそんでマナブ♪パパサンデー ママもどうぞ♪

みんなおいで♪来室+オンライン♪

赤ちゃん・子どもと、五感をつかってあそぼう♪シリーズ第5弾  
「バランス感覚」をあそぼう♪

8月4日(日)10:00～11:30 今月は、第1日曜日  
開催です!

“あそび”ながら赤ちゃん・子どものことを“まなべる”うれしい時間♥  
今月は“バランス感覚”を感じながら遊んでみましょう。おもちゃでぐらぐら...  
身体でおととと...親子でゆらゆら...♪赤ちゃん・子どもの身体や  
気持ちの感覚はどんなかな...。小さな赤ちゃんからご参加ください♪  
子どものエピソードや写真から(なくてもOK)、“いまこの時の  
この子!”を再発見できる時間もあります♪

講師: 関昌美・加勇田久美子(みぬまっくスタッフ・保育士)

アドボケーター: 渡邊寛さん(元日本子ども総合研究所嘱託研究員)

### 親子deリトミック 来室+オンライン♪ 講師:北澤裕美子さん

8月29日(木) ①14:00～14:30 ②14:50～15:20

キーボード演奏に合わせて、身体を動かしましょう♪  
生後5か月位からご参加いただけます。

### 8月の誕生会 来室のみの開催です。

8月15日(木)11:00～12:00

8月20日(火)11:00～12:00

8月生まれのお子さんをお祝いします。



お写真を貼った  
お誕生カードを  
プレゼント♪

### 「親子ふれあいひろば」来室のみ。初めての方優先です。

8月19日(月)13:40～15:00 講師 橋野佐代子さん

オイルを使わないベビーマッサージを習って、ふれあい遊びを楽し  
みましょう!1か月検診後の0歳の赤ちゃんが対象。バスタオル持参。

### 空飛ぶ教室♪「子育てセミナーみぬまっく来室+オンライン」

保育士 なお\*くみ\*マーサの

赤ちゃん・子どもに教えてもらおう♪シリーズ

「ボクの、ワタシの新発見!“はじめて”の世界の歩き方!」

8月27日(火)10:00～11:30 (全3回・1回だけの参加も可)

7月「集まれ!大切な、それぞれの“はじめて”体験」

8月「“はじめて”だけが“はじめて”にあらず?

—大事にしたい“不安”や“緊張”のキモチ—

9月「赤ちゃん・子どもの世界が広がる瞬間」

前にも会ったことがある人なのに...よく遊びに行っていた場所なの  
に...まるで初めて会ったように緊張しているように見えたり、不安な表  
情をしていたり。子どもにとっては、大人の思う“はじめて”だけが“はじ  
めて”ではないのかも?一緒に考えてみたいと思います。お子さんの写  
真やエピソードを持ち寄って(なくてもOK)、“いま、このときのこの  
子!”の育ちを、改めて発見できる時間もあります♪

小さな赤ちゃんからご参加ください♡ アドボケーター:渡邊寛さん

### うれしいも、たいへんも、もちよって 子育てサロン「もも」

8月13日(火)10:00～11:30 来室+オンライン♪

日々の子育ての中での様々なできごとや気持ち、どうしたらいいの  
かなって思うことを、ゆっくり話したり聴いたりあって、いっしょに大  
事に思っている、ほっとひと息つける時間です。

聴いているだけのご参加もOKです。アドボケーター:渡邊寛さん

### 亘ふたご座オリオン座(ふたご・みつご)サロン

きょうだいいろいろあるよね亘 来室+オンライン♪

8月28日(水)10:00～11:30

ふたごやみつご、そしてきょうだいを育てながら感じること、こんな時どう  
してる?など、ゆっくり話しませんか。手遊びや絵本を楽しむ時間も。  
Zoomでも参加できますので、遠方の方や、ご実家から、外出が難しい方  
もどうぞ♪ 協力:山口直さん(ふたごの母・保育士)他

### えいごあそび 来室+オンライン♪ 講師:マザーハロハロさん

8月はお休みです。9月は18日(水) 11:20～11:35

手遊びや絵本など、英語にふれてみよう♪赤ちゃんからどうぞ。

### 産後&子育て中のからだを整えるストレッチ講座 7/31(水)予約開始

8月7日(水)14:00～15:00 来室+オンライン♪

妊娠・出産・子育てと、がんばっている私たちのカラダをいたわりながら、  
楽しくケア!ゆったりとご参加ください。講師:大谷久美子さん(助産師/整体師)

### ☆談話相談室「たんぼぼ」をひらいています。 無料です

子育てのこと、子どものこと、自分自身のこと etc...日々感じていること  
を、スタッフとゆっくり話しながら考えていくことができる時間です。

1時間程度、和室にて。オンライン(Zoom)での相談もお受けしています。  
ご予約をお願いします。ご希望の方はスタッフまでお声がけください。

### ♡シングルマザーズサロン 来室+オンライン♪ 来室しての参加、ご自宅等からZoom参加、どちらもできます。

8月18日(日)10:15～12:00 シングルマザーの方々が、ゆっくり話したり、みなさんのお話を聴いたり、気になっていること  
などを一緒に考えたり...。ほっとできる、心があたたかくなる時間です。初めての方のご参加もお待ちしています♡

♡LINE版サロンもできます。ご希望の方とスタッフ2人の計3人で、30分間のLINE電話でのサロン。日程は個別に設定します。

### ◆申込み・問合せ◆ さいたま市子育て支援センターみぬま

TEL: 048-747-4531 相談電話: 048-747-4532 E-mail: sainoko-center@oboe.ocn.ne.jp

開室日時: 月～土曜 第1～第4日曜 9時～16時 休室日: 第2・4木曜、第5日曜、祝祭日・年末年始

子育て支援センター「みぬま」は、さいたま市の委託を受け、認定NPO法人彩の子ネットワークが運営しています。

毎月の  
月間  
予定表  
こちらから

