



みぬまっくです！



子育て支援センター「みぬま」は、0～2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＞

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

●「マーク(みんなの時間)」はご予約なしで来室できます

※ 13 日(火)午前は要予約です。

「手遊び&絵本タイム」を 10:15・11:45・14:30・15:45 頃にみんなで楽しめます。

●プログラムは全て予約制です。Zoom で参加できるプログラムも♪

★のプログラムは、1 週間前から予約ができます。空きがあれば当日予約も可能です。

★★のプログラムは、5 月末分まで予約が可能です。

＜来室にあたって＞

- 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。
ねんね期の赤ちゃんは、バスタオル
など敷物のご準備をお願いします。
- 体調のすぐれない場合の来室は
お控えください。

●ほっと、ふーっとのお部屋(和室)

親子 1 組だけで使える量のお部屋です。
遊具もあり、ゆっくり遊べます。
毎日、9:30～12:00、13:00～15:30 の
時間内、予約して利用できます。
利用できない日もありますので、お問い
合わせください。

「ウェルカムさいたま」 5 月 15 日(木) 10:00～11:30 来室のみ

さいたま市に転入 1 年以内のお子さんと保護者の方対象です。(市内転居の方も OK です)
親子あそびをしたり、ゆっくりお話ししたり、情報交換ができる時間です。予約受付中



★★『ベビベビとーく』 5/2 (金)

来室+Zoom

毎月第 1 金曜日 13:40～15:00

いろいろな声や表情、手や足、全身の動き…どれもステキな赤ちゃんの
おしゃべり♪どんな気持ちなのかな？
“今のこの子”の育ちが知れて新しい発
見があったり、他の赤ちゃんとの交流も
うれしい♪手遊びなどもいっしょに楽し
みましょう♡ 協力:渡邊寛さん

★★『“赤ちゃんといっしょ”が 5/23 (金)

うれしくなる時間』 来室+Zoom

毎月第 4 金曜日 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、と、ほっと、うれしい時間を持ちませんか？
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♪



相談について

育児に関する悩み、どうしたらいいんだろうと
思うこと、ちょっとしたことで遠慮なくどうぞ。
来室・電話・メールでお受けします。
プログラム開催時等には、時間を改めてお話
をうかがう場合もあります。

時間: 9 時～16 時

電話: 048-747-4532 (相談専用)

メール: sainoko-center@oboe.ocn.ne.jp

★『ねんね期 12 日・26 日(月) 来室のみ

ハイハイ期 1 日(木)・20 日(火)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
したりする時間です。来室が初めての方も、ぜひどうぞ♪

「赤ちゃん“絵本デビュー”を楽しもう♪」 来室のみ

6 月 4 日(水) 13:30～14:30 5/21(水)より予約開始

赤ちゃん“絵本との出会い”を支援センターで体験してみませんか？
1 歳未満の赤ちゃん、どうぞご参加ください♪



★★おそとであそぼう！ 5 月 16 日(金) 10:00～12:30

「市民の森」で、のびのび遊んだり、一緒にお昼を食べたり
しませんか？レジャーシートを用意しますので、赤ちゃんも
どうぞ♪雨天時はセンターにて遊べます。予約受付中

			1 日(木)	2 日(金)	3 日(土)	4 日(日)
			~13:00 ★ 13:30~14:30 	~12:00 ★★ベビベビとーく 15:15~	休室日 (憲法 記念日)	休室日 (みどりの日)
5 日(月)	6 日(火)	7 日(水)	8 日(木)	9 日(金)	10 日(土)	11 日(日)
休室日 (こどもの日)	休室日 (振替休日)	9:00 ~16:00	休室日	★ダンス 11:00~12:00 	9:00 ~16:00	★★あそんでマナブ パズサンデー 13:00~
12 日(月)	13 日(火)	14 日(水)	15 日(木)	16 日(金)	17 日(土)	18 日(日)
~13:00 ★ねんね期 13:30~15:00 	★ 9:30~ 11:30 ★★子育て サロンも 10:00 ~11:30 13:00~	★ダンス 11:00~12:00 ~13:30 ★ママストレッチ 14:00~15:00 	ウェルカムさいたま 10:00~11:30 (予約の方) 13:00~	おそとであそぼう 10:00~12:30 雨天時はセンターで あそべます 13:00~	9:00 ~16:00	★★シングル マザーズ サロン 10:15~ 12:00
19 日(月)	20 日(火)	21 日(水)	22 日(木)	23 日(金)	24 日(土)	25 日(日)
~13:00 ★親子ふれあいひろば (ベビーマッサージ) 13:40~15:00 	★★誕生会 11:00~12:00 ~13:00 ★ 13:30~14:30 	★えいごあそび 11:20~11:35 	休室日	~12:00 ★★ 赤ちゃんといっしょ 15:15~	~13:30 ★リトミック ①14:00 ②14:50	★★ ひらく 子育てサロン 「すもも」 13:00~
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。
~13:00 ★ねんね期 13:30~15:00 	★★セミナー みぬまっく 13:00~	★★ふたごみっこ サロン 13:00~	★★誕生会 11:00~12:00 	★ダンス 11:00~12:00 	9:00 ~16:00	

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!**

よく話が聴ける Zoom 参加もおすすめ！悪天候の日にも♪

みぬまっくの『来室+Zoom プログラム♪』



★★空飛ぶ教室+「子育てセミナーみぬまっく」 5/27(火)

保育士 なお*くみ*マーサの

来室+Zoom

赤ちゃん・子どもに教えてもらおうと♪シリーズ

「赤ちゃん・子どもが“新しい世界に出会う”とき」

毎月第4火曜日 10:00~11:30 (全3回・1回だけの参加も可)

4月 ここで生きていく！赤ちゃんは周りの世界をどう感じてる？

5月 “後追い”や“人見知り”のキモチが知りたい！

6月 その子その子の、新しい世界との出会い方

ママがちよっと離れただけで、泣きながらハイハイで必死に追いかける…、実家に行くと、おじいちゃんおばあちゃんに大泣き…。少し大きくなってからの人見知りもあったりしますね。赤ちゃん・子どもには、どんなことが起きているんだろう。いっしょに考えてみませんか？ぜひ、ご参加ください。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よ♪

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)

★産後&子育て中のからだを整える

ストレッチ講座

5/14(水)

来室+Zoom

今月は第2水曜日開催！ 14:00~15:00 5/7(水)予約開始

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)

★★うれしいも、たいへんも、もちよって

子育てサロン「もも」

5/13(火)

来室+Zoom

毎月第2火曜日 10:00~11:30

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わからないことを、ゆっくり話したり聴いたりして、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

★ダンス 5/9(金)・14(水)・30(金)11:00~12:00

アンパンマン体操やピカピカブー、からだダンダンなど、いっしょに踊ってみましょう。好きな歌のリクエストもお聞きます♪赤ちゃんの参加も OK! 基本、月に1回のご参加ですが、空きがあれば、2回目以降も参加できますので、お問い合わせください。来室のみ

★親子deリトミック 講師:北澤裕美子さん 5/24(土)

①14:00~14:30 ②14:50~15:20

来室+Zoom

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。土曜日の開催です!

★えいごあそび 講師:マザーハロハロさん 5/21(水)

月1回水曜日 11:20~11:35

来室+Zoom

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。

★「親子ふれあいひろば」講師:橋野佐代子さん 5/19(月)

当プログラムへの参加が初めての方優先です。来室のみ

月1回月曜日 13:40~15:00

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。

☆談話相談室「たんぽぽ」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。

日曜開催のプログラム。ご家族でどうぞ♪ママだけでも OK!

★★あそんでマナブ♪パパサンデー 5/11(日)

ママどうぞ♪みんなおいで♪

来室+Zoom

赤ちゃん・子どもと、気持ちとからだであそぼう♪シリーズ第2弾

「音あそび」を楽しもう♪

毎月第2日曜日 10:00~11:30



“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“音あそび”をいっしょに楽しんでみましょう♪たたいたり、振ったり、鍵盤を鳴らしてみたり…。いろんな音に、赤ちゃん・子どもたちはどんな表情、反応を見せてくれるかな?小さな赤ちゃんから、ぜひご参加ください♪

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)

★★パパがひらく子育てサロン「すもも」みんなおいで♪

毎月第4日曜日 10:00~11:30

パパも子育て支援センターにいらしてみませんか? 5/25(日)

赤ちゃん・子どもと一緒に「パパの絵本シアター」や 来室+Zoom

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。パパとお子さんと、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

★★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

5/28(水)

毎月第4水曜日 10:00~11:30

来室+Zoom

ふたごやみつご、そしてきょうだいを育てながら感じる、こんな時どうしてる?など、ゆっくり話ませんか。手遊びや絵本を楽しむ時間も。支援センター近隣の駐車場まで、お迎えにうかがいますので、必要な方はご連絡ください。

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)

★★シングルマザーズサロン

ほっとふーっと

5/18(日)

来室+Zoom

毎月第3日曜日 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、心があったかくなる時間です。シングルになる可能性のある方のご参加もお待ちしています。

★★5月の誕生会 5/20(火)・29(木)

11:00~12:00

来室のみ

5月生まれのお子さんをお祝いします。

誕生日会に都合が合わない方は、来室時、いつでもカードを作れます。

お写真を貼った
お誕生カードを
プレゼント♪

みぬまっくインスタ
フォローしてね♪



ブログ「みぬまっくワールド!」

毎月の予定表や
セミナー等のプ
ログラム、フロ
アの様子をUP
しています。



◆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

