



みぬまっくです！



2025 年 8 月発行 vol.125

発行元：認定 NPO 法人彩の子ネットワーク

さいたま市子育て支援センターみぬま

住所：さいたま市見沼区大和田町 1-1387-1

TEL/FAX：048-747-4531

E-mail：sainoko-center@oboe.ocn.ne.jp

http://www.sainoko.net/minuma/oowada.htm

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

※ 12 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、8 月末分まで予約が可能です。

★★『うち de みぬまっく♪』 Zoom 限定企画

お出かけするのはちょっと心配な暑さ！！
お家から Zoom でつながって、みんなで手遊びし
たり、ちょこっとおしゃべりしたりしませんか♪
Zoom が初めての方も、事前にお試し接続が
できるので安心！お気軽にお問合せください。

8 月 7 日(木)10:30～11:00 表のマークが目印

21 日(木)14:00～14:30

※上記の時間帯、通常開館もしています。

★★『“赤ちゃんといっしょ”が
うれしくなる時間』 8/22 (金) 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、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♪
「ほっこり♪“絵本の魔法の10min.”」も♪

★★『ベビベビとーく』 8/1(金) 来室+Zoom

毎月第1金曜日 13:40～15:00

いろんな声や表情、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

★『ねんね期 25 日(月) 来室のみ
ハイハイ期 7 日(木)・20 日(水)
の赤ちゃんの時間』

赤ちゃんを楽しめる親子遊びをし
たり、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♪

<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 組だけで使える畳のお部屋です。
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。空きが
あれば、当日予約も可能です。
利用できない日もありますので、お問い合
わせください。

相談について

育児に関する悩みや、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も遠慮なくどうぞ。
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

身長計・体重計あります。
お声がけください。

みぬまっく
インスタ
フォローしてね♪

今月の工作は…
足型 de
かわいい金魚鉢♪



				1 日(金)	2 日(土)	3 日(日)
				☹️～12:00 ★★ベビベビとーく 15:15～☹️	☹️ 9:00 ～16:00	☹️ 9:00～ 16:00
4 日(月)	5 日(火)	6 日(水)	7 日(木)	8 日(金)	9 日(土)	10 日(日)
☹️～13:00 ★ねんね期工作 13:30～15:00 ☹️	☹️ 9:00 ～16:00	☹️～13:30 ★ママストレッチ 14:00～15:00 ☹️	☹️～13:00 ★ハイハイ期 13:30～14:30 ☹️	☹️～11:00 ★工作 11:00～12:00 ☹️	☹️ 9:00 ～16:00	★★あそんでマナブ パーティ 13:00～☹️
11 日(月)	12 日(火)	13 日(水)	14 日(木)	15 日(金)	16 日(土)	17 日(日)
休室日 (山の日)	★☹️ 9:30 ～ 11:30 ★子育て サロンも 10:00 ～11:30 13:00～☹️	☹️ 9:00 ～16:00	休室日	☹️～11:00 ★工作 11:00～12:00 ☹️	☹️ 9:00 ～16:00	☹️ 9:00～ 16:00 ★★シングル マザーズ サロン 10:15～ 12:00
18 日(月)	19 日(火)	20 日(水)	21 日(木)	22 日(金)	23 日(土)	24 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 ☹️	☹️～11:00 ★工作 11:00～12:00 ☹️	☹️～13:00 ★ハイハイ期 13:30～14:30 ☹️	☹️～11:00 ★★誕生会 11:00～12:00 ☹️	☹️～12:00 ★★ 赤ちゃんといっしょ 15:15～☹️	☹️ 9:00 ～16:00	★★ふれあひらく 子育てサロン 「すもも」 13:00～☹️
25 日(月)	26 日(火)	27 日(水)	28 日(木)	29 日(金)	30 日(土)	31 日(日)
☹️～13:00 ★ねんね期 13:30～15:00 ☹️	★★セミナー みぬまっく 13:00～☹️	★★ふたごみつこ サロン 13:00～☹️	休室日	☹️～11:00 ★★誕生会 11:00～12:00 ☹️	☹️～13:30 ★リトミック ①14:00 ②14:50	休室日

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! 暑い日にも!!

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」 8/26(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
「大事にしたい、赤ちゃん・子どもとわたしの“いま”
—“食う寝るあそび”を、赤ちゃん・子どもの側から考える」
毎月第4火曜日 10:00~11:30 (全3回・1回だけの参加も可)
7月「飲みムラ・食べムラ、あそび食べ…どうしようかな“食事編”」
8月「寝ぐずり、夜泣き…こっちは泣きたい“睡眠編”」
9月「『かーしーて』『どーうーぞ』そうはいかない“あそび編”」
今回は睡眠編。眠そうなのになかなか寝ない…。毎晩の夜泣き…。睡眠は足りているのかな?という心配も。赤ちゃん・子どもには、どんなことが起こっているのかな?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 8/6(水) 来室+Zoom

第1水曜日開催 14:00~15:00
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 8/12(火) 来室+Zoom

子育てサロン「もも」 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なって思うことを、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

★工作 8/8(金)・15(金)・19(火) 11:00~12:00 ねんね期工作 8/4(月) 13:30~15:00

足型をとってお魚にして、涼しげな金魚鉢を作しましょう♪



★親子deリトミック 講師:北澤裕美子さん 8/30(土) 来室+Zoom

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。 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
今月はお休みです。次回は9月10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。

★「親子ふれあいひろば」講師:橋野佐代子さん 8/18(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 8/10(日) 来室+Zoom

ママもどうぞ♪みんなおいで♪
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5弾
「“バランス感覚”をあそぼう♪」
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“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…身体でおととつと…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、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 8/24(日) 来室+Zoom
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

★★ふたご座オリオン座(ふたご・みつご)サロン 8/27(水) 来室+Zoom

きょうだいいろいろあるよね 毎月第4水曜日 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 8/17(日) 来室+Zoom

ほっと♡ふーっと 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。

★★8月の誕生会 8/21(木)・29(金) 11:00~12:00 来室のみ

8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、プログラの様子を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

