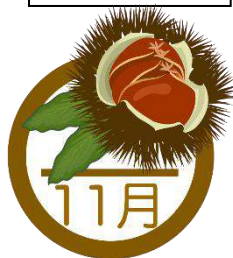




みぬまっくです！



2025 年 11 月発行 vol.128

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

※11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、11 月末分まで予約が可能です。

### ★★みんなでそとあそび♪ 予約受付中

11/2（日）10：00～12：00 頃

そとあそび&おやつづくりを楽しもう♪

猿花キャンプ場にて現地集合・解散

大人 300 円 3 歳以上 150 円 3 歳未満無料

※この日の支援センターの開室は 13～16 時となります。雨天中止時は 9～16 時に開室します。

### ★★親子でまち探検

「消防署蓮沼出張所に行こう！」

11/20（木）10:30～11:30

みんなで、まちの消防署に行こう！

消防士さんにお話を聴いたり、写真撮影も

できるかも？現地集合解散・雨天決行。

（出動により消防車等不在の可能性あります）

### ＜来室にあたって＞

- 水分補給用飲料をお持ちください。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。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。

### ★★『ベビベビとーく』11/7（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も♪ 協力：渡邊寛さん

### ★★『赤ちゃんといっしょ』が 11/28（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、と、ほっと、うれしい時間を持ちませんか？  
「ほっこり♪ “絵本の魔法の 10min.”」も♪

### 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 10 日（月） 来室のみ ハイハイ期 6 日（木）・14 日（金）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♪

### ○メープルマミーズ公演 12/4（木）

（おおわだ幼稚園保護者） 10:30～11:00

『冬の音楽会』 11:15～11:45

～親子で楽しむ歌と絵本～ 来室のみ

「はらぺこあおむし」の音楽劇と

「エピカニクス」で踊ろう♪

予約開始 11/20（木）より 定員 15 組程度

### 身長計体重計あります

| 1 日（土）         | 2 日（日）                                                   |
|----------------|----------------------------------------------------------|
| 9:00<br>～16:00 | ★★そとあそび<br>10～12 時<br>開室 13 時～<br>（雨天時は 9 時から<br>開室します。） |

| 3 日（月）                                                | 4 日（火）                                | 5 日（水）                                | 6 日（木）                                          | 7 日（金）                                                                   | 8 日（土）                                   | 9 日（日）                                  |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 休室日<br>（文化の日）                                         | 9:00<br>～16:00                        | 9:00～13:30<br>★ママストレッチ<br>14:00～15:00 | 9:00～13:00<br>★ハイハイ期<br>13:30～14:30             | 9:00～12:00<br>★ベビベビとーく<br>15:15～                                         | 9:00<br>～16:00                           | ★あそびでマナブ<br>13:00～                      |
| 10 日（月）                                               | 11 日（火）                               | 12 日（水）                               | 13 日（木）                                         | 14 日（金）                                                                  | 15 日（土）                                  | 16 日（日）                                 |
| 9:00～13:00<br>★ねんね期<br>13:30～15:00                    | ★子育て<br>サロンもも<br>9:30～11:30<br>13:00～ | 9:00～11:00<br>★ダンス<br>11:00～12:00     | 休室日                                             | 9:00～11:00<br>★誕生会<br>11:00～12:00<br>9:00～13:00<br>★ハイハイ期<br>13:30～14:30 | 9:00<br>～16:00                           | ★シングル<br>マザーズ<br>サロン<br>10:15～<br>12:00 |
| 17 日（月）                                               | 18 日（火）                               | 19 日（水）                               | 20 日（木）                                         | 21 日（金）                                                                  | 22 日（土）                                  | 23 日（日）                                 |
| 9:00～13:00<br>★親子ふれあいひろば<br>（ベビーマッサージ）<br>13:40～15:00 | 9:00～11:00<br>★誕生会<br>11:00～12:00     | 9:00～11:20<br>★えいごあそび<br>11:20～11:35  | 9:00<br>～16:00<br>★消防署<br>見学<br>10:30<br>～11:30 | 9:00～11:00<br>★ダンス<br>11:00～12:00                                        | 9:00～13:30<br>★リトミック<br>①14:00<br>②14:50 | 休室日<br>（勤労感謝の日）                         |
| 24 日（月）                                               | 25 日（火）                               | 26 日（水）                               | 27 日（木）                                         | 28 日（金）                                                                  | 29 日（土）                                  | 30 日（日）                                 |
| 休室日<br>（振替休日）                                         | ★セミナー<br>みぬまっく<br>13:00～              | ★ふたごみつこ<br>サロン<br>13:00～              | 休室日                                             | 9:00～12:00<br>★赤ちゃんといっしょ<br>15:15～                                       | 9:00<br>～16:00                           | 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! 雨の日や帰省先などからも♪

## 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」 11/25(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・子どもの“ジブンで!”のすごいチカラ、発見!」  
毎月第4火曜日 10:00~11:30 (全3回・1回だけの参加も可)  
10月「小さな赤ちゃんの自力と地力を知る」  
11月「“ジブンで!”“ママやって!”どんな気持ちなの?」  
12月「“イヤイヤ期”の気持ちを知りたい」  
少しずつ、自分の意志が強くなってきて、大人からするとやれそうにないことも、「ジブンで!」とやりたがり、手伝われるのをイヤがったりします。そうかと思えば、急に「ママやって!」となって、どっちなの!?って大人は戸惑ったり…。子どもにとっての“ジブンで!”は、どんな気持ちなんだろう?  
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)

### 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 11/9(日)

ママもどうぞ♪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8弾  
「赤ちゃん・子どもと、カラダをつかってあそぼう♪」  
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、からだをつかって遊んでみましょう。小さな赤ちゃんからできるふれあい遊びから、少しダイナミックな遊びまで♪  
子どもたちの表情をよく見ながら、子どもも大人も楽しみましょう。  
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)



### ★★うれしいも、たいへんも、もちよって 11/11(火)

子育てサロン「もも」 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

### ★産後&子育て中のからだを整えるストレッチ講座

当プログラム初参加の方が優先です。 11/5(水)  
第1水曜日開催 14:00~15:00 来室+Zoom  
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! 講師:大谷久美子さん(助産師・整体師)

### ★えいごあそび 講師:マザーハロハロさん 11/19(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。

★ダンス 11/12(水)・21(金) 11:00~12:00 来室のみ  
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回目も参加できますので、お問い合わせください。

### ★親子de'リトミック 講師:北澤裕美子さん 11/22(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。 今月は土曜日の開催です

### ★「親子ふれあいひろば」講師:橋野佐代子さん 11/17(月)

当プログラム初参加の方が優先です。 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。

### ★★パパのひろく子育てサロン「すもも」 みんなおいで♪

今月はお休みです! 次回は 12/28(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? 来室+Zoom  
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

きょうだいいろいろあるよね 11/26(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と、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。お車でのお越しの際、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)他

### ★★シングルマザーズサロン

ほっと♡ふーと 11/16(日)  
毎月第3日曜日 10:15~12:00 来室+Zoom  
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。

### ★★11月の誕生会 11/14(金)・18(火)

11:00~12:00 来室のみ  
11月生まれのお子さんをお祝いします。  
誕生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

