

さいたま市子育て支援センター

月間予定表



みぬまっくです！



2026年1月発行 vol.130

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、1月末分まで予約が可能です。

コマあそびを楽しもう♪ 来室のみ

1月17日(土)10:00～11:30

赤ちゃんも子どもも大人も、コマあそびを楽しもう♪いろいろな種類のコマを見に来てね！

協力：行川 一久さん

予約不要です。自由に楽しんでね。

★『ねんね期 5日・26日(月) 来室のみ

ハイハイ期 16日(金)21日(水)の

赤ちゃんの時間』

赤ちゃんと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♪

★★『赤ちゃんといっしょ』が うれしくなる時間』 1/23(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、ほっこり、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♪

★★『ベビベビとーく』 1/9(金)

来室+Zoom

今月は第2金曜日 13:40～15:00

いろんな声や表情、手や足、全身の動き…♪どんな気持ちなんだろう？赤ちゃんの好きなふれあい遊びもしながら、ゆったり過ごしましょう。“今のこの子”的育ちが知れて、新しい発見も♪ 協力：渡邊寛さん

そんなの気にしだすよって
自分で思ってるけど
ここでなら現げ止めもらえた。

結論は変わらなくても
ここで結たあとなら納得できた。

そうだとあって認めてもらえたから
やっと。すなおになれた。

仲間の気持ちに耳を傾けていたら
みんなで心つながっていた。

上手いくかずに実施した日々も
あなたと一緒に過ごした時間だから
宝物になる。

それが。サロンもも。

うれしいも、
たいへんも、
もちよって
子育て
サロン「もも」

1/13
(火)

来室+Zoom
詳しくは
裏面をご覧
ください。

相談について

育児に関する悩みや、どうしたらいいのかなど
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

12/29(月)～1/3(土)は
年末年始のお休みです。

4日(日)

9:00
～16:00

5日(月) 6日(火) 7日(水) 8日(木) 9日(金) 10日(土) 11日(日)

～13:00
★ねんね期
13:30～15:00

9:00
～16:00

～11:00
★ダンス
11:00～12:00
～13:30
★ママストレッチ
14:00～15:00

休室日

～12:00

～16:00

10:00～
★★あそんでマナブ
パパサンデー

13:00～

12日(月) 13日(火) 14日(水) 15日(木) 16日(金) 17日(土) 18日(日)

休室日
(成人の日)

10:00～
★☆
子育て
サロン
もも
～
11:30
13:00～

～11:20
★えいごあそび
11:20～11:35
～

休室日

～13:00

～16:00

～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

～11:00
★★誕生会
11:00～12:00
～

～13:00
★★ハイハイ期
13:30～14:30
～

休室日

～12:00
～13:40～
★★赤ちゃんといっしょ
15:15～

～16:00
～16:00
～16:00

10:00～
★★パパひらく
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)

～13:00
★ねんね期
13:30～15:00

見沼区育児相談
(さいたま市電子申請にて
予約済みの方)
～

10:00～
★★ふれみつご
サロン
～

休室日

～11:00
★ダンス
11:00～12:00
～

～13:30
★リトミック
①14:00
②14:50

身長計・体重計
あります。
お声がけください。

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！ 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」 1/29(木)

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~っと♪シリーズ

「赤ちゃん・こどもの“人といっしょに生きていくチカラ”」

今日は第5木曜 10:00~11:30 (全3回・1回だけの参加も可)

1月 「緊張、ワクワク、人見知り…。“はじめまして編”」

2月 「じゅんばんこ、かしてどうぞ etc.

子どもにとってどんなこと?“ルール編”

3月 「新しい環境、どんなふうに過ごしていくかな…?“旅立ち編”」

今月からは、人といっしょに生きていくチカラ、がテーマです。今

回は“はじめまして編”。赤ちゃん・子どもたちは、はじめましての

出会いが毎日のようにあります。積極的に向かっていく子、

ママの背中に隠れる子…。目が合ってにこにこしていた赤ちゃん

が急に泣き出したり…。それぞれどんなことが起こっているの?

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)

よく話が聴けるZoom参加もおすすめ! 寒い日や帰省先などからも♪
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 1/11(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♪”第10弾

「みんなで音あそび♪赤ちゃん・子どもと楽しもう♪」

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”を楽しみましょう☆

楽器を振ってみたり、たたいてみたり…。

赤ちゃん・子どもといっしょに、五感で音を

感じてみませんか? 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)

★★うれしいも、たいへんも、ちちよって 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あって、いっしょに大事に思っていける、ほつ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

★えいごあそび 講師:マザーハロハロさん 1/14(水)

月1回水曜日 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。

★★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

1/25(日)

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

きょうだいもいろいろあるよね!!

1/28(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。お車でお越しの際、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

★産後＆子育て中のからだを整える

ストレッチ講座

1/7(水)

当プログラム初参加の方が優先です。

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! 講師: 大谷久美子さん(助産師・整体師)

★ダンス 1/7(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します♪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。 来室のみ

★親子deリトミック 講師: 北澤裕美子さん 1/31(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。 今日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 1/19(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めよう! 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。

◆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。

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
セミナー等の
プログラム、フロ
アの様子をUP
しています。



毎月の
月間
予定表
こちらから

