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！

2024年3月発行　vol.108
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

さいたま市子育て支援センター「みぬま」は、主に3歳未満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。

梅など、かわいらしい花が少しずつ咲き始めました。いよいよ春ですね。お花などを見つけながら、お散歩もいいですね。みぬまっくにも遊びにいらっしゃってください。ねんね期の小さな赤ちゃんからどうぞ。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♪安心してお越しください♡　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。

・「みんなの時間」は基本的に9時～16時でプログラム以外の時間に予約なしで来室できます。12日（火）午前は予約をお願いします。
プログラムの時間は予定表または裏面参照。ほっと(和室)は1組でAMは9：30～12：00、PMは13：00～15：30にゆっくり遊べます（要予約）

ご予約・お問い合わせ ☎ 048-747-4531 受付・開室時間9時～16時　＊ブックスタート(令和5年3月生まれまで)は、予約不要。

【ご利用について】 0歳～原則3歳未満(3歳になった年度末3月まで)のお子さんと保護者の方が対象です。無料です。
●「みんなの時間」は、時間内、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、3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。
●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。
●体調がすぐれない場合には、来室をお控えくださいますよう、ご協力をお願いいたします。

見沼区「子育てはじめましてサロン」
3月5日（火）10：00～11：30
妊娠や出産、転居などで見沼区での子育てがスタートする方、子育て支援センターの利用が初めての方がゆっくりお話ししたり、情報交換ができる時間です。予約制。

『ベビベビとーく』来室+オンライン♪
3月1日(金)13:40～15:00
うなるような声や甲高い声、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:渡邉寛さん

1日（金）		2日（土）		3日（日）	
みんな ～12：00	AM ほっと	みんな	AM ほっと	あそマナ パパ サンデー（予約）	AM ほっと
ベビベビとーく（予約）	PM ほっと		PM ほっと	13：00～ みんな	PM ほっと
15:15～ みんな					

4日（月）		5日（火）		6日（水）		7日（木）		8日（金）		9日（土）		10日（日）	
みんな ～13：00	AM ほっと	見沼区子育て はじめましてサロン 10時～11時半 予約受付中		みんな	AM ほっと	みんな	AM ほっと	みんな ～13：30	AM ほっと	みんな	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	ダンス（予約） 11：00～12：00			PM ほっと	ママ ストレッチ 14:00～ 15：00	PM ほっと		PM ほっと		PM ほっと
みんな				みんな	PM ほっと			みんな					

11日（月）		12日（火）		13日（水）		14日（木）	15日（金）		16日（土）		17日（日）	
みんな ～13：00	AM ほっと	みんな 9：30～11：30（予約）	子育てサロンもも（予約）	みんな	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
★ねんね期 13：30～ 15：00（予約）				えいごあそび 11：20～11：35（予約）			ダンス（予約） 11：00～ 12：00					
みんな	PM ほっと	13：00～ みんな	PM ほっと	みんな ～13：00	PM ほっと	ブログ みぬまっくワールド！	みんな	PM ほっと		PM ほっと		PM ほっと
				★ハイハイ期 13：30～ 14：30（予約）								
				みんな								

18日（月）		19日（火）		20日（水）	21日（木）		22日（金）		23日（土）		24日（日）	
みんな ～13：00	AM ほっと	みんな ～13:30	AM ほっと	休室日（春分の日）	みんな	AM ほっと	みんな ～12：00	AM ほっと	みんな	AM ほっと	パパママ サロン すもも（予約）	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	リトミック 14：00～14：30 14：50～15：20（予約）	PM ほっと	みぬまっくインスタ フォローしてね！	誕生会（予約） 11：00 ～12：00	PM ほっと	赤ちゃんといっしょ（予約）			PM ほっと	13：00～ みんな	PM ほっと
みんな					みんな		15：15～ みんな	PM ほっと				

25日（月）		26日（火）		27日（水）		28日（木）	29日（金）		30日（土）		31日（日）
みんな ～13：00	AM ほっと	セミナー みぬまっく（予約）	AM ほっと	ふたごみつごサロン（予約）	AM ほっと	休室日	みんな	AM ほっと	みんな	AM ほっと	休室日
★ねんね期 13：30～ 15：00（予約）						毎月の月間予定表	誕生会（予約） 11：00 ～12：00	PM ほっと		PM ほっと	身長計・体重計あります。お声がけください。
みんな	PM ほっと	13：00～ みんな	PM ほっと	13:00～ みんな	PM ほっと		みんな				

★「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。０～３歳（３歳の年度末３月まで）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・15:40 頃に行っています。
※表に🦜マークのついた時間帯は、みぬまっくに来室する方とご自宅等から Zoom で参加する方とで、一緒にプログラムを楽しめます。
★「ダンス」の時間の予約は、月に１度とさせていただきます。当日空きがあれば、複数回の参加も OK です。
★「ねんね期・ハイハイ期の赤ちゃんの時間」赤ちゃんと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！

悪天候の日や、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♪』

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“身体とキモチであそぼう！”シリーズ　第12弾
「赤ちゃん・子どもといっしょに、春を楽しもう♪」
今月は第１日曜日開催！
3月3日（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💛
春ももうすぐ♪赤ちゃん・子どもと一緒に、季節の移りかわりを豊かに感じられたらうれしいですね。春を感じる歌や手遊び、絵本などを楽しみましょう。春は旅立ちの季節でもありますね。赤ちゃん・子どもは、新しい環境をどんなふうに感じるんだろう…と考えてみたいと思います。小さな赤ちゃんからどうぞ。
子どものエピソードや写真から（なくても OK）、“いまのこの子”を再発見できる時間も♪
パネルシアターも楽しもう♪
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：渡邉寛さん（元日本子ども総合研究所嘱託研究員）

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-っと♪シリーズ

「赤ちゃん・子どもに教えてもらう“ワタシを大事にする”生き方」
3月26日（火）10:00～11:30　（全３回・1 回だけの参加も可）
１月「赤ちゃん・子どもの“泣く”“ぐずる”チカラを発見！」
２月「『イヤ！』『ジブンで！』『やってー！』から育つ、ワタシの生きるチカラ」
３月「『こんな時間が幸せ！ボクのワタシのうれしい瞬間』
赤ちゃん・子どもたちが、思いっきりうれしそうにしているのってどんなとき？大人から見ると、どうしてこんなことがうれしいんだろう？楽しいんだろう？って思うこともよくあります。赤ちゃん・子どもの「うれしい！」瞬間を丁寧に思ってみると、そこから、自分を大事に生きるヒントが見つかるかもしれません。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：渡邉寛さん

パパがひらく子育てサロン「すもも」みんなおいで♫ 来室＋オンライン♪

3月24日（日）10:00～11:30
子どもや子育てのこと、日々のうれしいや困った！　最近気になっていることなど、みんなで話せるサロンです。聴いているだけの参加もOK！手遊びや、パパの絵本シアターを楽しむ時間もあります♪お子さんといっしょにどうぞ。ママやおじいちゃんおばあちゃんもぜひ！お待ちしています💛　アドボケーター：渡邉 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♊ 来室+オンライン♪

3月27日（水）10:00～11:30
ふたごやみつご、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

うれしいも、たいへんも、もちよって 子育てサロン「もも」　来室＋オンライン♪

3月12日（火）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：渡邉寛さん

『“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♪

3月22日（金）　13:40～15:00
わらべうた遊びやリズム遊び、絵本などを、赤ちゃんと一緒に楽しむ時間です。みんなでお顔を合わせてひとときを過ごしましょう。

えいごあそび　来室＋オンライン♪　講師：マザーハロハロさん

3月13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 来室＋オンライン♪　大谷久美子さん（助産師・整体師）

3月8日（金）14:00～15:00　今月で終了となります。
妊娠・出産・子育てと、とってもがんばっている私たちのカラダをいたわりながら、みんなで楽しくケア！ゆったりとご参加ください。

親子deリトミック　来室＋オンライン♪　講師：北澤裕美子さん

3月19日（火）　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、抱っこでご参加いただけます。

3月のお誕生会

3月21日（木）11:00～12:00
29日（金）11:00～12:00
3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」　来室のみのプログラムです

3月18日（月）13:40～15:00
オイルを使わない**ベビーマッサージ**を習って、歌や絵本でふれあい遊びを楽しみましょう！首がすわった0歳の赤ちゃんが対象。当センターでのベビーマッサージ教室が初めての方優先。バスタオル持参。講師：橋野佐代子さん

♡シングルマザーズサロン　来室＋オンライン♪　今月は、こども☆夢☆未来フェスティバル内で Zoom 開催です！

3月10日（日）13:30～15:00　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。初めての方のご参加もお待ちしています♡
♡LINE 版サロンを行います：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。土・日で個別に設定します。

◆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