

ぴっぴつうしん

運営：NPO法人ドロップインセンター

梅雨が明け、いよいよ暑い夏がやってきました。
たくさん食べて、しっかり休息を取って、体調管理に気を付けながら
この夏を楽しみましょう。



イベントのお知らせ

※要予約の講座のお申込みは1ヶ月前からです。
なお講座によっては材料費がかかります。
講座の時間帯はご予約の方のみの利用です。

8月



- ・ママとシニアの交流講座「足育」 8月5日(水) 10:00~11:00
講師：森 麻美氏 ※要予約10組(親子とシニア)
- ・助産師さんの子育て相談 8月19日(水) 10:30~11:30
講師：白池晶助産師 ※要予約 8組
- ・親子講座「パパもベビーマッサージ」 8月23日(日) 10:00~11:00
講師：木宮彩也奈氏 ※要予約 8組
- ・ママとシニアの交流講座「絵本の世界」 8月26日(水) 10:00~11:00
講師：井上つよ子氏 ※要予約 8組(親子とシニア)

9月



- ・ママとシニアの交流講座「リンパ&リフレッシュ体操」 9月7日(月) 10:00~11:00
講師：竹内真弓氏 ※要予約8人(ママとシニア)
- ・親子講座「親子でうた遊び」 9月9日(水) 10:00~11:00
講師：安藤江里奈氏 ※要予約 8組
- ・親子講座「パパも遊ぼう」 9月13日(日) 10:00~11:00
講師：押川敦士氏 ※要予約6組

★絵本の読み聞かせ★(自由参加)

8月7日(金)・9月4日(金)の11:00~11:30

★工作の日★(自由参加)

8月27日(木)の午前中



～子育て支援センターは未就学児と保護者、妊婦さんが無料で利用出来る施設です～



講座の様子

音楽あそび（親子講座）

大きな太鼓、小さな太鼓、マラカスや、鈴等
いろいろな種類の楽器を鳴らして遊んだよ。



茶道教室（ママとシニアの交流講座）

今回は自分でたてたお抹茶を楽しみました。
美味しいおも菓子と共に暫し子どもから離れ
ゆっくりした時間を過ごしました。



～おとなご飯から取り分けられる～

簡単な赤ちゃんごはん

※青菜のじゃこあえ（2人分）

- ・ほうれん草 1/2束
- ・ちりめんじゃこ 適量
- ・しょう油 少々

1ほうれん草は根本を落とし、3センチ長さに切ってから
洗う。熱湯で茹で水気をきる。
2ちりめんじゃこは湯をかけてやわらかく戻し、
水気をとる。
3①と②をしょう油であえる。

♥おためし期×・もぐもぐ期・完了期はつぶしたり
刻んだりしてね。

～今月の工作～

七夕飾りをつくりました。



宮崎市権現地域子育て支援センター

宮崎市江平東1丁目6番43号 市営住宅権現団地内

tel/fax 0985-29-0980

開館時間：9:00～15:00

（火・土曜日・祝日・年末年始はお休み：12/29～1/3）

駐車場：15台

※Instagram「miyadropin」で載せています。



ドロップイン
センターHP



宮崎市子育てナビ

