

ぴっぴつうしん

運営：NPO法人ドロップインセンター



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。

12月

- ・ママとシニアの交流講座「骨盤リセット」 12月3日(金) 10:00~11:00
講師：吉永芳香氏 ※要予約6人
- ・助産師の子育て相談 12月8日(水) 10:30~11:30
助産師：白池晶氏 ※自由参加(個別相談は予約)
- ・親子講座「楽しい五感あそび」 12月10日(金) 10:00~11:00
講師:工藤純代氏 ※要予約6組
- ・リトミック&マナーセミナー 12月17日(金) 10:00~12:00
講師：中武紋子氏&ソニー生命 ※要予約6組
- ・親子講座「Xmasコンサート」 12月22日(水) 10:00~11:00
講師：中武紋子氏&ゆかいな仲間達 ※要予約6組
- ・ママとシニアの交流講座「花と遊ぼう」 12月27日(月) 10:30~12:00
講師：幸田美代子氏 ※要予約6人 2000円

1月

- ・ママとシニアの交流講座「陶芸教室・雛飾り」1月24日(月) 10:00~12:00
講師：横山満子氏 ※要予約6組 1000円
- ・親子講座「パパも遊ぼう」 1月30日(日) 10:00~11:00
講師：押川敦志氏 ※要予約6組

★読み聞かせの日★(自由参加)

12月3日(金) - 1月7日(金) 11:00~11:30

★工作の日★(自由参加)

12月2日(木) 09:30~11:30

※ママとシニアの交流講座は子育て中の親とその祖父母や近隣にいらっしゃるシニア世代の方たちとの異世代間交流をしてもらう為の講座です。是非、お知り合いのシニア世代の方を誘ってお楽しみください。



~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



～ハーブ&フルーツコンサート～
アイリッシュハーブとフルーツの演奏で
★星に願いを★いつも何度でも★風の
通り道等、数々の美しい音色が聴けました。



～リンパマッサージ&リフレッシュ体操～
子育てしていると体中がコリコリ！リンパの流れ
を整えて日頃の疲れを取りリフレッシュ出来ま
した。

いつか大人になる君へ
むかし子どもだった
あなたへ・・・

すべての家族に贈る癒
しの絵本です。

～今月のおすすめ本～
ヨシタケシンスケ
あんなにあんなに



～おとなご飯から取り分けられる～
簡単な赤ちゃんごはん

※ポテトサラダ (2人分)

- | | | | |
|--------|------|---|-----------|
| ・じゃがいも | 2個 | A | 練りごま大さじ1 |
| ・人参 | 5センチ | | 出し汁大さじ1～2 |
| ・きゅうり | 1/2本 | | 酢小さじ・塩少々 |
| ・玉ねぎ | 1/4個 | | みそ小さじ1/2 |

- 1 じゃがいもは茹でてつぶす。にんじんは
いちょう切りにし茹でる。
- 2 きゅうり、玉ねぎは薄切し塩もみ。
- 3 ① ②をボールに入れAを加えて混ぜる。

♥おためし期（じゃがいもと人参を取り分けペースト状に
する）もぐもぐ期（じゃがいもと人参をつぶして）
完了期はそのまま食べていい。

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

