

# 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。

### 4月

- ・助産師さんの子育て相談～紫外線対策～ 4月13日(水) 10:30～11:30  
講師：白池昴助産師 ※個人相談は要予約
- ・親子講座「美眉・メイクレッスン」 4月18日(月) 10:00～11:00  
講師：仲尾美和氏 ※要予約6組(眉ハサミ等の道具持参)
- ・ママとシニアの交流講座「産後ダンス」 4月27日(水) 10:00～11:00  
講師：中武紋子氏 ※要予約6組(抱っこひも持参)

### 5月

- ・親子講座「Nobody's Perfect」第1回目 5月26日(木) 10:00～12:00  
講師：NPインストラクター ※要予約6組～12組(状況に応じて)
- ・ママとシニアの交流講座「アロマでスプレー作り」 5月30日(月) 10:00～11:00  
講師：国武里美氏 ※要予約6人 200円

#### ★読み聞かせの日★(自由参加)

4月1日(金) 5月6日(金) 11:00～11:30

#### ★工作の日★(自由参加)

5月19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



～親子音楽あそび～  
先生の弾くキーボードに合わせて歌を歌ったり歩いたり・・・最後は色々な種類の楽器で演奏したよ。



～パパもあそぼう～  
体を使った色々な遊びをパパと一緒に楽しみました。お家の時間の参考になればいいな。



～今月の工作～

色紙であおむし君を作りました。動くよ♡



～おとなご飯から取り分けられる～  
基本のだしの作り方

※昆布と鰹節の一番だし

- ・水 1.8ℓ
- ・昆布 2枚（5センチ角）
- ・かつお節 2つかみ
- ・水はかぶるくらい・塩 少々

1 水に昆布をつけておく（冬は一晚、夏は直前でも可）鍋を火をかけ昆布から泡がでたら取り出す。

2 ①にかつお節を入れ沸騰する直前に火を止めかつお節が沈むのを待つ。ざるでかつお節をこす。

♥だしが冷めたら製氷器に入れ 凍らせて保存すれば便利。

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

