

# 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「足育」 講師：森麻実氏	12月8日（木） 10:00～11:00 ※要予約10組
・助産師さんの子育て相談 講師：白池晶助産師	12月14日（水） 10:30～11:30 ※個人相談のみ要予約3～4組
・親子講座「親子でXmasコンサート」 講師：中武紋子氏&愉快的仲間達	12月21日（水） 10:00～11:00 ※要予約10組

### 1月

・ママとシニアの交流講座「陶芸・手形足形」 講師：横山満子氏	1月25日（水） 10:00～11:30 ※要予約6組 材量費1,500円
・親子講座「パパも遊ぼう」 講師：押川敦士氏	1月29日（日） 10:00～11:00 ※要予約10組

★読み聞かせの日
・毎週日曜日の午前 11:30・午後 2:45
★読み聞かせ～音楽とともに～
・12月2日（金） 1月6日（金）
★工作の日
・1月12日（木） 9:30～11:30
※すべて自由参加



※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



## ～ハーブコンサート～

アイリッシュハープとフルートの演奏。  
ミーシャさんの「アインカタチ」や塔の上の  
ラプンツェルの「輝くみらい」等、素晴らしい  
演奏に聞きほれました♡



## ～ゆるヨガ～

日ごろは、ヨガ等の運動はなかなか出来ませんが今日は少しだけゆっくりとした時間の中で体をほぐす事が出来ました♡



## ～今月の工作～

Xmasリース♡



## ～おとなご飯から取り分けられる～

### ※鶏ひき肉と豆腐のハンバーグ（2人分）

- ・鶏ひき肉 150g
- ・木綿豆腐 1/2丁
- ・長ネギのみじん切り5cm
- ・おろししょうが1/2かけ
- ・塩（少々）
- ・油（適宜）

A

1豆腐は水切りしておき、Aと練り混ぜる。やわさは片栗粉で調節し丸く成形する。

2①を油をひいたフライパンで焼く。蓋をして中まで火を通す。（両面）

★おためし期は×。もぐもぐ期 と完了期はそれぞれ食べやすく切って召し上がれ。

## 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

