



わいわいっうしん

子育て支援センターは、未就学児と保護者・妊婦さんがどなたでも無料でご利用いただける施設です。



食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋…。秋は、屋内・外ともに楽しめる季節ですね。秋をたくさん見つけて楽しんでください。しかし一方では、昼夜の寒暖差が大きい季節の変わり目。体調管理にも気をつけて元気に過ごしましょう！

～講座の予約について～
一か月前から承ります。
ひろばで直接のお申し込み、またはひろば開設曜日・時間に、お電話でも承っています。

TEL 080-8350-0402
・月、土曜日 9:00～12:00
13:00～15:00

月		火～金		土	
A	M / P M			A	M / P M
2	紙芝居 📖		📖	7	📖 シール遊び 📖
9				14	
16				21	
23	★親子講座 📖			28	📖
30	助産師相談 📖				

～10月親子講座～

「心が育つ絵本講座」

★10月23日(月)

10:30～11:30

講師：愛甲 麻莉那氏

場所：あおき子育て交流ひろば

※予約不要。0才～

♪絵本が子どもにもたらすこと…。絵本を通して「心を育てるコツ」が学べる講座です。ひろばでお子さんを遊ばせながら、聞いてみませんか。



「ベビータ임♪」 ★11月6日(月)

13:15～14:30

対象：1歳未満のお子さん

(1歳のお誕生月まで参加可)

場所：宮崎地区交流センター・和室

定員：10組 ※要予約

・予約は10/7(土)から

・13:15～親子のふれあい遊び

・13:35～交流タイム・相談

※1歳以上のお子さま(兄弟を含む)の入室はできません。

※宮崎市の管理栄養士と相談もできます。

月		火～金		土	
A	M / P M			A	M / P M
				4	紙芝居 📖
6				11	
13	📖			18	📖
20				25	📖
27	★親子講座 📖				



イベントの様子(写真)をHPやInstagram等で紹介させて頂く場合があります。予めご了承ください。

◎講座情報については、ドロップインセンターHPでも、ご確認ください。



ドロップインセンター
Instagram

～11月講座～

「マタニティヨガ！」

★11月27日(月) 10:30～11:30

講師：時任 梨奈さん

場所：宮崎地区交流センター・和室

定員：5名※妊娠安定期に入られた方 ※託児あり

♪マタニティヨガは無理のない緩やかな運動のヨガです。運動不足の解消や出産後の腰痛を緩和させたりといったメリットがあります。今回のヨガには出産時の呼吸法もありますよ！ぜひ、参加してみませんか。

予約は
10/28(土)
から