



子育て支援センター みるくだより



★ご不明な点はお問い合わせください。0285-39-6305(わかば保育園内)

日付	行事	内容	備考
5	多肉寄せ植え教室	多肉植物に触れながら、癒されてみましょう。お子様も一緒に作品を作りましょう。	材料費 ¥1000 当日現金
4 25	身体測定/発達相談	市の心理士・栄養士も来園しますので、気になることがあればぜひ相談してみたいかでしょうか。※12:00までの受付	
11	看護師講座/ベビーマッサージ	今回の講座の内容は「プール熱・はやり目」となっております。ベビーマッサージも一緒にご参加お待ちしております。※バスタオル持参	
14	スクラップブック	お子さまとの思い出の写真を可愛らしくアレンジして世界に一つだけのアルバムを作りましょう	材料費500円 当日現金
15	親子ヨガ	お母さんだけでなく、お子さんと一緒に楽しめるヨガです。丁寧に呼吸を繰り返して心も体もリフレッシュしましょう。	10組限定
19	親子deフィットネス	楽しい音楽に合わせて親子で一緒に体を動かして心もリフレッシュしましょう!	

★マタニティイベント★
(予約は電話でよろしくお願ひいたします)

★リンパマッサージ★
7月22日(金)
12:00~13:00
フェイスタオル持参

★ワクワクタイム★
7月26日(火)
10:00~11:30
材料費¥500~1000程度

園庭開放★

全7園で園庭開放を毎月行っています! 気になる方はお声かけください。

★七夕制作★



★水遊び★ 7月8日(金)21日(木)28日(木)

今年も水遊びを行います! 10:00~12:00で行います。たくさんの参加お待ちしております!

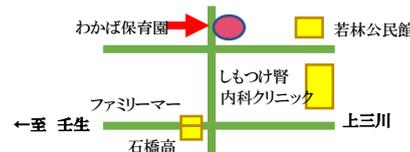
★持ち物★ 水着、濡れても良い帽子、バスタオル、オムツ(通常の物でも大丈夫です)飲み物、着替え

*2022年7月みるく活動予定

- 開館時間は9:00~15:30です。★は事前申し込みが必要です。行事申し込みは★1日★からとさせていただきます。
- 活動の他に自由遊びは毎日行っております! また戸外での活動が雨天の場合は自由遊びに変更になります。
- 活動内容に関わらずみるくでは常に自由遊びをしています。お気軽にお越しください。
- 活動内容が変更になる場合はメールにてお知らせいたします。

日	月	火	水	木	金	土
	*新型コロナウイルスの影響で予定が変更になる場合がございます。予め了承ください。				1 自由遊び 9:00~15:30	
	4 身体測定/発達相談 ① 9:30~12:30 ② 13:30~15:30 多肉寄せ植え教室 が 切	5★ 多肉寄せ植え教室 (内容変更あり) 10:00~11:30 6組限定	6 自由遊び 9:00~15:30	7 七夕制作 9:00~15:30	8 晴天:水遊び 10:00~12:00 雨天:エアースライダー 9:00~15:30	
	11 看護師講座/ ベビーマッサージ 10:30~11:30	12 ドリームイングリッシュ 10:00~10:30 2歳児 10:30~11:00 0.1歳児	13 とうもろこし制作 10:00~12:00 スクラップブック が 切	14★ スクラップ ブック 10:30~11:30 親子ヨガ が 切	15★ 親子ヨガ 10:30~11:30 10組限定	
	18 海の日	19 親子deフィットネス 10:00~10:45 1歳5カ月~3歳 11:00~11:45 2ヶ月~1歳4か月	20 自由遊び 9:00~15:30 リンパマッサージ が 切	21 水遊び 10:00~12:00	22★ マタニティ リンパマッサージ 9:00~13:00 9組限定	
	25 身体測定/発達相談 9:30~12:30 心理士・栄養士来園 12:30~15:30 自由遊び	26 マタニティ ワクワクタイム 10:00~11:30 誕生会 が 切	27★ 誕生会 くだものだもの コンサート 10:30~11:30	28 水遊び 10:00~12:00	29 ブラン制作 9:00~15:30 おひとり様3個まで が	遊びに来てね!

- 親子で楽しく遊ぶ場所です。小学校就学前のお子様と保護者が対象です。お子様の遊びを広げる場、保護者同士の交流を広げる場、子育ての輪を広げる場としてご利用ください。
- 開館日 月曜日から金曜日 9時~15時30分 休館日は土日祝祭日・年末年始
- 利用には登録が必要です。登録には防犯対策の為、名札(キャッシュレス200円)を購入していただきます。この名札は来館の度につけていただきます。●お住まいの地域は問いません。市外の方もお気軽にご利用ください。



子育て支援センターに

妊婦さんも

遊びにきませんか？

- ★毎月2回活動を行います。(登録料/200円)
- ★活動の有無に関わらず、各支援センターは常時開館しています。お気軽にお越しください。(土日祝を除く)
- ★保育士や看護師、先輩ママさんと一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪
- ★ご質問や疑問点等ありましたら、お気軽にお問い合わせください。

ゆりかご

7/13 おもちゃ作り

10:00~11:00

★限定5組・予約制 TELにてご予約下さい★

7/26 ママケア

10:30~11:30

★限定5組・予約制 TELにてご予約下さい★

7/22 リンパマッサージ

9:00~13:00

★限定10組・予約制 TELにてご予約ください★

7/26 わくわくタイム

10:00~11:30

★材料費500~1000円★当日職員にお声掛け下さい★

コグや紐等を使ったおもちゃを作ります！

リラックスの方法★
フチマッサージつき！

アロマワックス
ルーパリウム、レジン等★

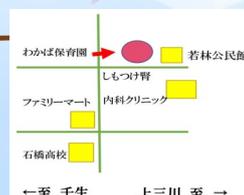
みるく

子育て支援センター
ゆりかご



〒329-0431 栃木県下野市薬師寺1584-6
TEL:0285-48-5530 あおぼ保育園内

子育て支援センター
みるく



〒329-0502 栃木県下野市下古山3025-1
TEL:0285-39-6305 わかぼ保育園内

支援センター
を知りたい人
はこちら★

