



# 子育て支援センター みるくだより

★0285-39-6305(わかば保育園内) ★毎月25日以降発行



日付	行事	内容
6	リンパマッサージ	専門家の方がリンパマッサージを行います。1人20分程度です。 ※フェイスタオルをお持ちください。
8	フォトプラバン	プラバンに写真を写しキーホルダー作成を行います。 ※コンビニのコピー用紙に印刷した写真をお持ち下さい。
16	誕生会	誕生カードの作成があり、手形取り・写真撮影を行います。 前日までに来館をお願いします。
19	フォトアルバム	アルバムを作成します。写真を3枚～6枚印刷してお持ち下さい。 11日→日頃の写真を使用 18日→前回のフォトブースの写真を使用
26	作り	1ページ¥700円 裏面も作成¥1000円
26	フォトブース	季節のブースで写真撮影を行います。※要予約 3枚¥1500円 6枚¥2000円 兄弟ショット1人1500円 +兄弟ショット¥500円
27	ロゼット作り	お子様のイニシャルを入れて、オリジナルのロゼットを作ります。 当日現金600円～

**マタニティイベント**  
**5日(月)・22日(木)**  
※マタニティイベントは妊婦さんでも参加することが出来ます！

**お茶会**  
**5日(月) 10時～11時**

**おでかけ児童館…30日(金)**  
10:00～11:00  
南河内児童館の先生たちがみるくに遊びに来ます！内容は「感触遊び」です。申し込みは、南河内児童館おたより掲載のQRコードより、お願いいたします。たくさんの方のご参加お待ちしております！

## \*2026年1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★5日/9:00★からとさせていただきます。
- 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
2026		あけましておめでとうございます 本年もどうぞよろしくお祈りいたします！				
4	5 エコー写真制作 9:00～15:30 リンパマッサージが切 マタニティ	6★ リンパマッサージ 9:00～12:00 ※12/26(金)9:00 より申し込み開始！	7 身体計測/発達相談 9:30～12:00 フォトプラバンが切	8★ フォトプラバン ・10:00～10:45 ・11:00～11:45	9 自由遊び 9:00～15:30	10
11	12 成人の日	13 手形・足型アート 9:00～15:30	14 自由遊び 9:00～15:30	15 親子deフィットネス 10:00～10:45 1歳5カ月～3歳児 11:00～11:45 2カ月～1歳4カ月 誕生会が切	16★ 誕生会 10:30～11:00 フォトアルバムが切	17
18	19★ フォトアルバム作り 10:30～11:30	20 ドリーム イングリッシュ ・10:00～10:30 ・10:30～11:00	21 自由遊び 9:00～15:30	22 離乳食講座 11:00～12:00 ※見本、試食を用意しています。 食器・スプーンをお持ちください！ 親子ヨガが切	23★ 親子ヨガ 10:30～11:30 フォトブース フォトアルバムが切	24
26★ フォトブース 10:00～12:00 フォトアルバム作り 10:30～11:30 ロゼット作りが切	27★ ロゼット作り 10:00～12:00	28 自由遊び 9:00～15:30	29 身体計測/発達相談 9:00～12:00 心理士・栄養士来館 9:30～11:00	30★ おでかけ児童館 10:00～11:00 ※QRコードから申し込み		

- 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。
- 妊婦さんの利用も可能です。ぜひ遊びに来て下さい！
- 開館日 月曜日から金曜日 9時から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。
- なお、この名札は来館の度に付けて頂きます。
- 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。

わかば保育園 わかば学童



# てんとうむしベビーに 遊びに来ませんか！

子育て支援センターゆりかご、みるくが運営する  
「てんとうむしベビー」では初妊婦さんの支援や、  
出産、育児に関するイベントを行っています！  
初めての妊娠でお困りの方、子育てでお困りの方、  
ぜひ遊びにいらしてください★  
ご夫婦での参加大歓迎です★

## 無料ベビー講座 開講のお知らせ

「てんとうむしベビー」では、妊婦さんと赤ちゃん  
のための役立つ講座を月2回、子育て支援センター  
ゆりかご・みるくで開講します！  
妊婦さんのための体操や、沐浴の仕方、  
講師をお呼びしての本格的なヨガ講座  
など、様々な企画を行っています。  
たくさんのご参加、お待ちしております♪



HPはコチラ→

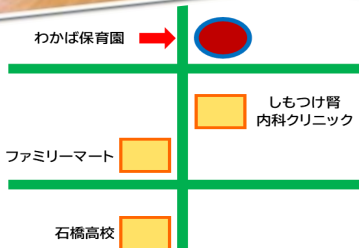
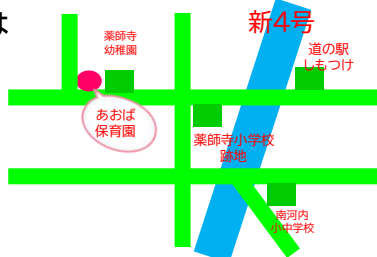
# 1 January

☆ご利用には予約が必要です。ゆりかご・みるく未登録の方の場合、初回は電  
話で、登録済の方や2回目以降はえんとつというWEBシステムから承ります。  
☆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。  
☆5日9:00から申込みを開始させていただきます。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 エコ写真制作 (みるく) 9:00~15:30	6 お茶会	7 リンパマッサージ (ゆりかご) 9:00~12:00 お茶会	8 ふくらはぎや、 肩回りのマッサー ジを行います。 当日フェスタオ ールをお持ちくだ さい。	9	10
11 エコ写真を使用した制作をします。 エコ写真をお持ちください！	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21 ヘッドマッサージを 行います。 フェスタールをお 持ちください。 参加費500円です。	22 ヘッドマッサージ (ゆりかご) 9:00~12:00 離乳食講座 (みるく) 11:00~12:00	23 離乳食のご相談 にも対応します！ 見本と試食用意 しております！	24
25	26	27	28	29	30	31



子育て支援センターについては  
こちら★↓



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 あおば保育園内  
薬師寺幼稚園隣

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 わかば保育園内