



# みーぐるぐる

令和8年度 5月号 第320号

〒901-2123  
浦添市西洲3-1-1(3060-2)  
(サンエー浦添西海岸 PARCOCITY 3階)  
電話:(098)870-0874  
FAX:(098)917-2442

## 5月の日程

時間(片付けも含む)	利用対象
① 10時~12時	0歳~就学前の子とその保護者が利用できます
② 13時~15時	0歳~1歳 6ヶ月までの親子(ベビータ임)
③ 15時~17時	0歳~就学前の子とその保護者が利用できます

5月の風によって色とりどりのこいのぼりが、元気に泳いでいるのを見ると気分も上がります♪ 連休は、ご家族で楽しい休日を過ごせるといいですね。

今年のこどもまんなか児童福祉週間標語

『いこうぜ!みんな キラキラのあしたへゴーゴゴ!』です。こども達の明日が希望に満ち溢れた素敵な一歩につながるよう、みんなで見守っていきましょう!!



◀浦添市子育て支援センター「ていんさぐ」は保護者同伴での利用施設です。

【親子ひろば】

浦添市民・沖縄県在住の親子・里帰りの方が利用できます。(LINE登録が必要)

\*観光などでお越しの方はご利用できません。

★0歳~就学前までの乳幼児親子や妊婦さんの利用。

子どもの遊びの場、親子の関わりや交流の場、子育ての心配事の相談や、子育て講座で学ぶ場として乳幼児親子・妊婦さんが気軽に集える場所です。

★市内公立・認可保育園の情報や保育交流体験もできます。

★木曜育児相談日・個別で相談したい方は、日程調整の予約をお願いします

※木曜日午後:通常遊びはありません

★育児講座・予約制です。センターにて受け付けます

★保育交流・市内の公立・認可園などでの交流(浦添市在住者対象)

※登録・予約が必要です。詳しくはセンターまで

★絵本の貸出・・・育児書、絵本を貸出します(3冊2週間)

★出前支援・・・地域に出向き、乳幼児の遊びや子育てに関する支援

★訪問保育・・・長期在宅看護家庭(病児)の家にて遊びの支援



今月の講座・行事 ★要予約 \*写真掲載承諾の方



5/20(水)AM10:30~12:00

【講座】ファストレ®&お話し会 講座

★講師:小児科医 ゆみ氏

・対象:未就学児の子と保護者

【予約:5組】



5/22(金)AM10:30~12:00

【講座】抱き方 講座

★講師:呉屋 和歌子氏

・対象:10ヶ月までの子と保護者

【予約:5組】

・持ち物:使用している抱っこ紐

5/12(火) AM10:30~12:00

【子育てHappy-day】・場所:木育ひろば  
テーマ:引っばるおもちゃを作って遊ぼう!

★担当:親子ひろばの職員

・対象:はいはい、よちよちの子と保護者

【予約:10名】 \*父親の参加大歓迎!



5/26(火) はいよちチャレンジ

・対象:はいはい、よちよち歩きの子

・PM13:15~13:45

【予約:12組】

\*PM13:45以降は通常利用できません



5/18(月) AM10:15~11:15

【出前支援】 \*予約なし

・場所:浦城つ子児童センター

現地集合です。(詳しくは、裏面参照)



5/21(木) 誕生会

・対象:5月生まれの子と保護者

・AM10:00~10:45 【予約:8組】

\*AM10:45以降は通常利用できません



## 4月の活動報告【講座】

★とても充実した内容で満足しました。産後の体にどのような効果があるのか分かって良かったです。  
 ★日々の育児で固まった筋肉がほぐれる感じがして気持ち良かったです。ベビーとも一緒にできるので触れ合いながら体のケアができて一石二鳥だなと思いました。一日の始まりと終わりに取り入れてみようと思います。  
 ★日頃の疲れが吹っ飛びました！親子ヨガで二人とも楽しく運動ができ最高でした。質問も快く答えてくださり、期待以上で大満足でした。



4/16(木)  
【親子産後ヨガ 講座】

講師:新垣 美月 氏

★Tomo先生の明るく楽しい歌やダンスで、まだまだ人見知りまっさかりの子どもも、にこにこ笑って楽しむ姿が見れました。  
 ★子どもの様子に合わせて対応していただいていたうれしかったです。  
 ★たくさん踊って歌って、英語にもふれて親もすごく楽しかったです。



4/12(日)  
子育てハッピーDay  
【Mr.Tomoと英語であそぼう】

講師:嘉味田 朝洋 氏

★子育てしているとなかなか自分に目を向ける時間がないので、学ぶことができ良かったです。食事は薬のような即効性はないですが、だからこそ日々の食事を大事にしたいと思いました。  
 ★子どもが産まれて健康に良いもの考えるようになり、薬膳など気になっていたので良いタイミングで普段学べないことをたくさん学びました。  
 ★体の不調別に必要な食べ物を知れて良かったです。家族に当てはまる部分があったので伝えようと思いました。

4/21(火)  
【薬膳講座】

講師:高吉 ルミ子 氏



\*交流保育は6月頃より予定しています。  
 \*浦添市内の子育てひろばの一覧をていんさぐにて掲示しています。気軽に職員へお尋ねください。

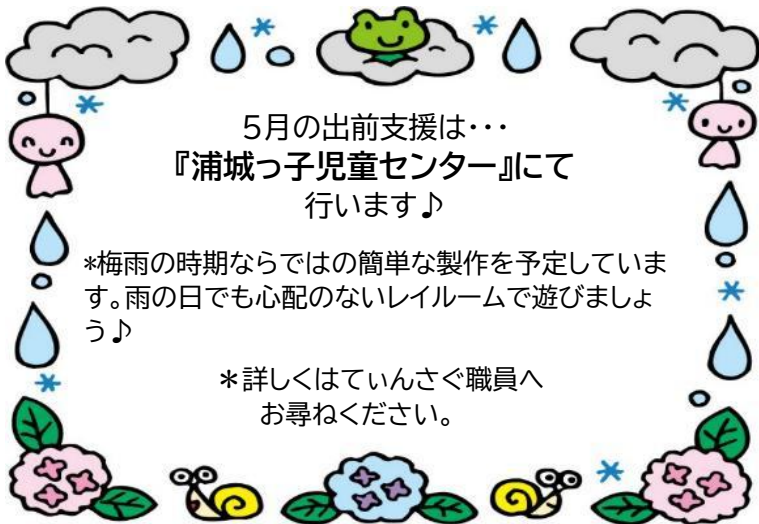
5月の出前支援は…  
『浦城っ子児童センター』にて  
行います♪

\*梅雨の時期ならではの簡単な製作を予定しています。雨の日でも心配のないレイルームで遊びましょう♪

\*詳しくはていんさぐ職員へお尋ねください。

☆4月の活動報告【行事】は、ホームページにてご覧ください。

☆センターでは、育児に関するいろいろな講座や遊びを計画しています。利用登録している方(写真OKの方)はどなたでも参加できます。興味のある方は担当までお尋ねください。



# 4月の活動報告【行事】

## ★ 子育てハッピーDay ★

4/12(日) 浦添市在住の方限定で講師による『Mr.Tomoと英語であそぼう』を開催しました。休日とあってお父さんも参加している方も多く、英語で歌いながらのふれあい遊びなどをしながら、親子で体を動かし楽しんでいましたよ♪



## ★ 出前支援 ★

4/22(水) 今年度初の出前は宮城ヶ原児童センターにて行いました。隣接する宮城ヶ原保育所のこいのぼり掲揚式に合わせて、こいのぼりを作成し、掲揚の様子を見学させていただきましたよ♪



## ★ 講座 ★

### 4/16(木) 【親子産後ヨガ 講座】

子どもと一緒に楽しめるヨガを学びました。産後の体や体の悩みに合わせたヨガのポーズを教わりました。日頃の疲れが癒されたと好評でした。



### 4/21(火) 【薬膳～ママの身体ケア～講座】

自分の体に当てはまる項目をチェックし、今の健康状態に気づき、体に必要な食材を知ること、自分で体調を整えていく方法を学びました。



## ★はいはい・よちよちチャレンジ★

月に一回開催しています☆1歳6ヶ月頃までのお子さんが参加できます。事前予約制(12組)で13:15～13:45の開催です。是非ご参加ください♪



## ★ 4月生まれの誕生日会 ★

1歳の誕生日をお祝いしましたよ♪  
お誕生日おめでとうございます!!

