浜松市委託・浜松市子育て支援ひろば事業

まんまのつぼみ通信

合同会社　MiMo チルコロ
子育て支援ひろば「まんまのつぼみ」
〒433-8111　浜松市中央区葵西6-6-30　はぐみな保育園内

2025年8月号

まんまのつぼみ
インスタ始めました！

まんまのつぼみブログでも
お知らせを掲載していきます。

はぐみな保育園 HP

○常設ひろば　月～木・土　９時～１４時

＊金曜日はお休みです。出張ひろばのみ開催しています。

中央区葵西６-６-３０ はぐみな保育園内
まんまのつぼみ直通　**090-6645-3139**

●出張ひろば　金　９時～１４時

中央区高丘北２-２９-４６ 高丘北会館 2F 和室

対　象

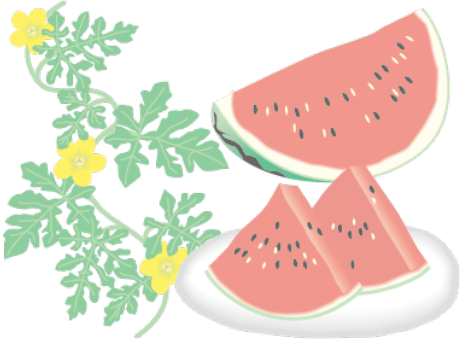
妊婦さんから概ね３歳未満の乳幼児とその保護者
地域のおじさん、おばさん、学生さん大歓迎！

利用料　無料

○常設ひろば ●出張ひろば ☆発達支援 ◇妊婦さんと家族のための講座 ★多世代支援 □外国人支援

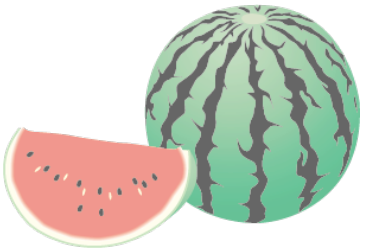
月	火	水	木	金	土
				1 ●	2 ○◇
4 ○ わらべちゃん	5 ○	6 ○☆□ NGÀY CÓ THÔNG DỊCH	7 ○	8 ●	9 ○ わらべちゃん
11 お休み	12 お休み	13 お休み	14 お休み	15 お休み	16 お休み
18 ○ わらべちゃん	19 ○◇	20 ○☆	21 ○	22 お休み	23 ○ わらべちゃん
25 ○	26 ○ 竹内先生の子育て講話	27 ○☆□ NGÀY CÓ THÔNG DỊCH	28 ○ はますくファイル・ノートの日	29 お休み	30 ○★

感染症予防対策の上ひろばを開催しています。ひろば開催や講座等の開催が変更となる場合があります。お出かけ前に必ずブログで確認してからいらっしゃるようにしてくださいね。
体調不良や風邪症状のみられる方はご利用をおひかえくださいますようお願いします。



はますくファイル・ノートの日
木曜　28日　10:00～12:00
『はますくファイル』『はますくノート』を持ってきてください。一緒に育ちの記録を残しましょう。
希望者にはお子さんの手形をとります。

わらべちゃん　月曜　土曜　10:30～
わらべうたを歌い、ふれあい遊びを楽しみましょう。



☆育児相談　10:00～12:00
お子さんの発達のこと、しつけのことなど気軽に相談してください。6日(水)は理学療法士の後藤未来さん、20日(水)、27日(水)は公認心理師の鈴木美保さんの相談日です。

◇マタニティサロン
（妊婦さんと家族のための講座）
月2回 火・土曜　10:00～12:00
助産師さんや先輩ママ・パパ　とお話しましょう。経産婦さんもどうぞ。
今月のテーマ「赤ちゃん用品の話」
持ち物：親子健康手帳(母子健康手帳)・はますくファイルまたは、はますくノート

★多世代支援　10:00～12:00
毎回子育てに関する講座を開催します。30日(土)は「身近な物で手作りおもちゃ ～普段遊びを楽しもう～」を予定しています。

□外国人支援
NGÀY CÓ THÔNG DỊCH
月2回　水曜　10:00～12:00
Thứ tư tuần thứ hai và tuần thứ tư,từ10 giờ tới12 giờ.Các vị có thể trao đổi,hoặc thắc mắc về việc nuôi dưỡng con.Ngoài ra,còn được nhận những thông tin hữu ích.
ベトナム語の通訳さんを交えて、子育てに関する相談や情報交換をしましょう。

子育て講話　26日(火)　10:00～
小児科医 竹内里和先生のお話です。

多世代支援

将来の口育て

◆日時　9月15日（月・祝）10:00～12:00
◆対象　妊婦さんから就園前のお子さんとその家族
◆講師　平賀若那 鈴木真心
市内の歯科医院に務める歯科衛生士
◆内容　お子さんの歯磨きや虫歯予防、歯並びのことなど歯医者さんに相談するチャンスってなかなかないですよね。今回現役の歯科衛生士さんにお口の中のケアから食事のことまでお話していただきます。個人的に質問できる時間も設けます。
◆申し込み　6組　事前申し込みが必要です
8/2(土)9:00～21(木)抽選予約受付します

水あそびができます

火 木 土
9:30
~11:30

～8/23（土）

※実施のない日もあります。当日のインスタで確認してください。

- ひろばのテラスに小さなビニールプールをいくつか用意します
- １つのプールを１組（１家族）でご利用いただきます
- 水着＋日焼け防止のための上着（Tシャツでも OK）着用
- おむつの取れていないお子さんは、水遊びパンツ＋水着＋上着
- **水着の代わりに濡れてもよい簡単な服を着用しても構いません**
- 帽子も忘れずに　水泳用でなくてもよいです

水あそびの希望者が多いときは、交代で多くの方に利用していただけるよう譲り合いにご理解とご協力をお願いします。

子育て講話のお知らせ

◆日時　8月26日（火）10:00～
小児科医の竹内里和（たけうちりか）先生による子育て講話を開催します。**予約は不要です。**
◆内容　『いや！』『自分で！』は成長の証

電話での相談も受け付けています

相談したいことがあるのに
お家を出られない、という時もありますよね。
そんなときは電話で相談をすることもできます。
マタニティサロン、育児相談、外国人支援の
各相談開催時間内にまんまのつぼみ直通電話
までお電話ください。

火 土 マタニティサロン
育児相談 水
水 外国人支援（ベトナム語）

かんたん！おいしい！食育レシピ

アジのキノコ入り蒲焼丼ふう

材料

アジ	2尾	ごま油	大さじ1
しいたけ	3枚	しょうゆ	大さじ2
しめじ	少々	みりん	大さじ2
ごま・のり・レタス	適宜	片栗粉	少々

作り方

1. アジを３枚におろして３等分に切り、塩少々を振って片栗粉をまぶす
2. フライパンにごま油を熱し、しいたけとしめじを炒めて取り出す
3. ２のフライパンでアジを皮面から焼き、ひっくり返して両面焼く
4. ３にしょうゆ、みりん、炒めたきのこを入れてからめる
5. ご飯の上にごま、のり、レタスをのせ、４を盛り付ける

交通のご案内

・遠鉄バス「県営葵団地」にて下車　徒歩３分
・車でお越しの場合は、下図案内の箇所に停めてください。
斜線部分には停めないようお願いします。
空いていない場合はスタッフにお尋ねください。