



ひこうきぐも



寒さが一番厳しいこの季節。引き続き感染症に気を付けながら寒さに負けず、元気いっぱい過ごしましょう。今年度も残り 2 ヶ月となりました。お子様の成長を保護者の皆様と一緒に感じることができ、スタッフ一同嬉しく思います。今年度もひろばをご利用いただきありがとうございました。来年度も気軽に遊びにいらしてくださいね♪

2 月のイベントカレンダー

火曜日	水曜日	金曜日
4	5	7 9:45～11:45 NP④
11 建国記念の日 ひろばお休み	12 10:00～11:30 ☆アイシングクッキー	14 9:45～11:45 NP⑤
18 9:30～14:00 お誕生カード作成	19	21 スタッフ研修の為閉設
25	26	28 9:30～11:30 フラレール

赤江東子育て交流ひろばは、未就学児とその保護者、妊婦さんが無料で利用できるひろばです。

「赤江東子育て交流ひろば」は宮崎市の委託を受けて NPO 法人ドロップインセンターが運営しています。



☆アイシングクッキー作り ⑩10:00～11:30

2 月 12 日（水） 10 組 ※材料費 1,000 円

講師：鈴木沙弥香氏 要予約

バレンタインのデザインのアイシングクッキーを作ります。

※いつもの講座のお時間よりも少し早く始まりますので、お間違えの無いようお願いいたします。



2・3 月生まれのお友だち集まれ！

お誕生日の記念にお子様の成長を残しませんか？

2 月 18 日・3 月 26 日 ⑩9:30～14:00

お誕生の記念にお子様の手形を取って

オリジナルのお誕生日カードを作ります（予約不要）

自由遊び フラレール…2 月 28 日・3 月 25 日

ボールプール…3 月 7 日

※2 月 21 日はスタッフ研修の為ひろばはお休みになります。

*Instagram やっています◎

HP または、「miyadropin」で検索してね。

* イベントの様子（写真）を HP・通信等で

紹介させていただく場合がありますので
あらかじめご了承ください。



※申し込みは、1 ヶ月前からできます。

※☆印は、申し込みが必要です。

※☎080-2790-1653（火・水・金の開設時間）

※講座などの際、駐車場や名簿記入で混雑する場合がございます。お心にも余裕をもってお越しくださいね。



火曜日	水曜日	金曜日
4	5	7 9:30～11:30 ボールプール
11 9:30～14:00 春の製作	12 10:30～11:30 夢っこシアター	14
18	19 10:30～11:30 ☆子育て相談	21
25 9:30～11:30 フラレール	26 9:30～14:00 誕生カード作成	28 和室での開設



※3/27～のひろば
は小学校が春休みの
ため、和室での開設と
なります。

春の製作 ⌚9:30～14:00

3月11日(火)

ポカポカ陽気の日はお外へおでかけ☆
散歩のおともを製作しましょう♪

夢っこシアター ㊟10:30~11:30

3月12日(水)

講師：田所絵美氏

手遊びやパネルシアターなどの読み聞かせ
身体を使って簡単な運動遊びなど

☆子育て相談 ⌚10:30～11:30

3月19日(水) ●体重測定できます

講師：山崎 美穂氏（助産師） 要予約

※講座についてのお願い

講座は時間が限られており、時間いっぱい使う講座もあります。スムーズに講座を始めることができますよう、お時間には余裕をもってお越しただけると幸いです。

♪赤江東子育て交流ひろばの案内♪

宮崎市恒久 6 丁目 11-4

赤江東地区交流センター遊戯室

TEL 080-2790-1653

開催日 火・水・金曜日 (祝祭日はお休み)

(年末年始 12/29~1/3 はお休み)

時間 9:00~15:00 (12:00~13:00 は閉館)

電話受付時間は火・水・金曜日 9：00～15：00

※「ひろば」のない日も遊戯室は使えますので、是非ご利用ください。



知ってる！？
サーカディアニズム

サーカディアンリズムとは、

生物が地球の自転による昼夜変化に同調して約 24 時間周期で体内環境を変化させる機能のことです。

生後3～4か月の赤ちゃんから、昼夜の区別がつかなくなるため、生活リズムが整う傾向にあると言われています。簡単にいうと、日が昇ったら起きて、日が沈んだら眠るリズムがいいよ！ということです。遅く寝たから…夜泣きしてたから…ギリギリまで寝かせてあげようと、起きる時間がバラバラになることよりも、同じ時間に起こしてあげる方が、子供にとっては心と生活リズムが整い、1日の流れがスムーズに過ぎやすいといわれています。

子育てがより楽しいものになりますようにちょっと
した雑学でした♪

