

# みつき子育て支援センターみつけ

## 「みつけ」通信7月号

令和7年6月20日

雨の日が増え、本格的な梅雨の季節がやってきました。この時期は憂鬱な気分になりがちです。深呼吸や軽いストレッチをして気分転換してみましょう。今月みつけではマインドフルネス瞑想やフラダンスの講座があります。リフレッシュにおすすめですよ。ご参加お待ちしております♪

「みつけ」のご利用は・・・対象：未就学児と保護者・妊婦さん  
毎週月・火・水・金曜日 時間：9時～16時（祝日を除く）  
第3土曜日 時間：9時～12時



### 7月の予定

★印の行事の時間帯は自由あそびがありません。  
.....お誕生日WEEKの日

| 月曜               | 火曜                | 水曜                               | 金曜                  | 土曜                                               |
|------------------|-------------------|----------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------|
|                  | 1                 | 2★AM<br>キッズweb★尾道<br>みつけdeおしゃべり会 | 4★AM<br>ベビーマッサージ    | <br>妊婦さんもお気軽に利用下さいね                              |
| 7                | 8★AM<br>すくすく子育て相談 | 9                                | 11★AM<br>マインドフルネス瞑想 |                                                  |
| 14<br>子育て相談      | 15                | 16★PM<br>わかばタイム                  | 18                  | 19土曜開館<br>AMのみ                                   |
| 21(祝)休館          | 22                | 23★AM<br>Let's enjoy<br>フラダンス!   | 25                  | 7月25日(金)AM<br>尾道市健康診査の<br>託児があります。<br>自由来館もできます。 |
| 28★AM<br>おのベビギフト | 29★PM<br>おのベビギフト  | 30                               |                     |                                                  |

#### 自由来館のご利用時間帯

午前: 9:00～11:45 午後:13:00～15:45  
◇皆様に安心してご利用いただくために、換気や消毒等の感染防止対策を継続して実施します。  
◇子どもさんがなめたおもちゃ等は、除菌ウェットティッシュで各自消毒のご協力をお願いします。  
◇気象警報発令時は、休館になります。

#### ご予約の方法

☆自由来館・講座は、子育て応援アプリ「おのはぐby母子モ」かお電話でご予約ください。  
☆自由来館は2週間前から、講座は申し込み受け付け日からご予約できます。

#### 8月の予定(変更があることがあります)

- 1日(金) 保育所・幼稚園の入所にむけて(7/14～)
- 5日(火) おはなしラッコのお話し会
- 12日(火) ヨーガなひととき(申込 7/28～)
- 16日(土) 土曜開館(午前のみ)
- 18日(月) 子育て相談(受付中)
- 20日(水) わかばタイム(申込 8/4～)
- 22日(金) ベビーヨーガ(申込 8/4～)

#### ☆「みつけ」はこんな所です☆

- 親子で楽しく遊べます。
- 子育てで気になる事など相談できます。
- 子育てに関する知りたい情報が手に入ります。
- 学びたい子育ての講座が受講できます。

## 子育て相談

毎月第3月曜日

日時：7月14日(月)

10時00分～11時30分

要事前申込

講師：韓 彩路さん(臨床心理士)

対象：未就学児の保護者と妊婦

定員：1組(申込受付中)

○子育てのこと、家庭のこと、自分のこと何でも相談できます。

## すくすく子育て相談

日時：7月8日(火)

10時00分～11時30分

要事前申込

対象：未就学児の保護者と妊婦

定員：6組程度(申込受付 6/23～)

○管理栄養士と子育て支援コーディネーターに相談ができます。

## 子育て応援講座

奇数月第2金曜日

### 「マインドフルネス瞑想」

日時：7月11日(金)

① 9時30分～10時15分

② 10時45分～11時30分

要事前申込

講師：村上 亜弥さん(瞑想ガイド講師)

対象：未就学児の保護者と妊婦

定員：各回3人程度(申込受付 6/23～)

○親子別室での講座になります。子どもさんはみっけでスタッフが見守ります。

## 子育て応援講座

### 「Let's enjoy フラダンス！」

日時：7月23日(水)

10時～11時30分

要事前申込

講師：水馬 康江さん(フラインストラクター)

対象：未就学児の保護者

定員：5組程度(申込受付 7/7～)

持参物：飲み物・フリースカート



## 子育て応援アプリ「おのはぐ by 母子モ」のご案内

子育て応援アプリ『おのはぐ by 母子モ』から自由来館と講座の予約ができます。

URL、もしくは2次元コードよりアプリをインストールして、必要事項をご登録ください。

●URL <https://www.mchh.jp>



## ベビーマッサージ「ハハコ」 今月は第1金曜日

日時：7月4日(金)

10時00分～11時30分

要事前申込

講師：前 有里恵さん(保育士)

対象：生後2ヵ月～ハイハイ期までの乳児と保護者と妊婦

定員：8組程度(申込受付 6/16～)

持参物：バスタオル・子どもさんの飲み物

## はじめまして「わかばタイム」

毎月第3水曜日

### ～家の中で起こる事故～

日時：7月16日(水)

14時～15時

要事前申込

対象：生後2～10ヶ月の乳児と保護者

定員：5組程度(申込受付 6/30～)

持参物：バスタオル・子どもさんの飲み物



地域おこし協力隊の新保里恵さんと

「みっけ de おしゃべり会」を開催します♪

日時：7月2日(水) 10時～11時30分

対象：未就学児の保護者と妊婦

定員：5組程度(申込受付 6/16～)

＊新保里恵さんは、御調町で地域を元気にする活動に取り組んでいます。子育てへの想いをみなでおしゃべりしましょう♪

★状況により中止・変更する場合があります。

## キッズweb☆尾道

毎月第1水曜日

### 「乳児の保護者のおしゃべり会」

日時：7月2日(水)

9時40分～10時

要事前申込

みつぎ子育て支援センターみっけ  
(みつぎいこい会館内)



## ～令和7年度 尾道版子ども誰でも通園～

〈子育て支援センターでの利用の場合〉

◎実施期間 令和7年4月10日(木)～令和8年3月31日(火)まで

◎利用対象者 尾道市に住所を有している6ヶ月～6歳に達する日以降の最初の3月31日までの児童

◎利用条件 子ども1人あたり月10時間、1施設のみ利用可能 就労要件なし

※令和7年度の利用にあたって、新たに事前に登録(認定申請)を受ける必要があります。詳しくは二次元コードからご確認ください

※保育所・認定こども園でのご利用は、利用対象条件が違います。



～お母さんの幸せを応援する～  
NPO 法人はぴままクローバーが  
運営しています。

(お問合せ先)

みつぎ子育て支援センター「みっけ」

〒722-0342

尾道市御調町大田 71-1 (みつぎいこい会館)

電話&FAX 0848 (76) 0888