

同年齢の子と遊ばせたい時、ママ友が欲しい時、不安や心配な事がある時、遊ばせ方がわからない時など、身近に相談できる場を提供しています。是非一度遊びに来てください。
詳細は下記の施設にお問い合わせください。



10月の宮古市子育て支援だより

令和7年9月19日
宮古市小山田 2-7-3
宮古市地域子育て支援センター
0193-62-0884

宮古市地域子育て支援センター「にこにこルームみやこ」

- *所在地 宮古市小山田 2丁目7-3 (小山田保育所 2F)
Tel 62-0884
- *開設時間 月～金 午前9時～正午、午後1時～3時
- *利用できる方 0～6歳のお子さんとその保護者
- *駐車場 マリンコープ・ドラ駐車場 (コインランドリー裏)

すくすくランド

- *所在地 宮古市神林 3-1
(宮古市地域創生センター 「うみマチ広場」 1階)
Tel 63-8061
- *開設時間 毎日 午前10時～午後5時
※ただし、午後1時～2時は清掃作業のため、利用はお控えください。
- *利用できる方 0歳～小学校2年生までのお子さんとその保護者
- *駐車場 宮古市地域創生センター うみマチ広場駐車場

ひよこクラブ「認定こども園宮古ひかり内」

- *所在地 宮古市西町 3丁目3-26 Tel 62-6845
- *開設時間 月～土 午前9時～午後2時
- *利用できる方 0～6歳のお子さんとその保護者
- *駐車場 認定こども園宮古ひかり駐車場

のびっこクラブ「認定こども園そけい幼稚園内」

- *所在地 磯鶏沖 4-20 Tel 62-8678
- *開設時間 月、水、金 午前9時～正午、午後1時～3時
- *利用できる方 0～6歳のお子さんとその保護者
- *駐車場 認定こども園そけい幼稚園駐車場
- *その他 毎回「リズム体操」、「絵本の読み聞かせ」

宮古市ファミリーサポートセンター「ふれあいステーション・あい内」
子育てのお手伝いをしたい人とお願いしたい人を結ぶ会員制の子育てネットワークです。利用にあたっては、会員登録が必要です。詳細は直接お問い合わせください。

- *所在地 西町 1-2-13 Tel 64-4117
- *受付時間 午前10時～午後6時まで(土、日、祝日を除く)
(土、日、祝日、年末年始の12月29日～1月3日を除く)

家庭訪問型子育て支援【ホームスタート】「ふれあいステーション・あい内」
ボランティアがご自宅を訪問し、お話を聴いたり、一緒に家事や育児をします。無料で気軽に利用できます。詳細は二次元バーコードからホームページをご覧ください。

- *所在地 西町 1-2-13 Tel 64-4117
- *受付時間 平日午前9時～午後5時
※問い合わせはLINEなどでも可

日中は残暑が厳しい日もありますが、朝晩を中心に涼しい時間も増えて来ました。一日の中の気温差が大きくなるこの時期は体調を崩しやすい時です。体調に気をつけながら色々な「秋」を楽しみたいですね。

今月も子どもたちが楽しめるイベントが盛り沢山です。様々な体験をすることで、子どもの成長を感じられることも多いと思います。親子でお出かけしてみたいはいかがでしょうか？



あそびの森 ～はしって、とんで、うんどうかい～

- 日時 令和7年10月21日(火)
午前10時00分～11時30分
- 場所 宮古市総合体育館(シーアリーナ) 多目的体育室
- 内容 親子ふれあい遊び
- 対象 0～6歳のお子さんとその保護者
- 持ち物 飲み物、上履き、外靴を入れる袋
- 申込 事前申し込み
にこにこルームみやこ、すくすくランド、ひよこクラブ、のびっこクラブのいずれかで受付票へ記入をお願いします。
- 申込期限 10月6日(月)

支援センター、つどいの広場職員ともども、皆さまのご参加お待ちしております！

- ・各施設とも、午前シーアリーナでの出前イベントとなります。午後の利用については、各施設にお問い合わせください。



にこにこルームみやこで、「Instagram」を発信中

【アカウント名】nikoniko_room_miyako

【ハッシュタグ】#宮古市子育て

#にこにこルームみやこ

皆様のフォロー、いいね！をおまちしております。



@NIKONIKO_ROOM_MIYAKO

0・1・2歳の靴選び

サイズの合わない靴やデザイン優先の靴は転倒やけがの原因になりやすいです。子どもの成長は早いので、こまめにサイズを確認し、足にしっかりフィットする靴を選びましょう。

よちよち歩きごろ

(プレシューズ)

- 足首の関節まで保護
- かかとが補強されている
- 弾力のある靴底
- やわらかい素材



歩き始めごろ

(ファーストシューズ)

- クッション性のあるかかと
- 歩き方が安定してきたらローカットでもよい
- 調整ベルトがついているもの



立った姿勢で履いてみてチェック！

- 歩き方が不自然ではないか
- かかとがぶかぶかしていないか

10月の図書館情報

【本館：子ども映画会】

◇日にち：10月4日・11日・18日・25日(土)

◇時間：午前11時、午後2時

【本館：おはなし会】

◇日にち：10月4日・11日・18日・25日(土)

◇時間：午後2時30分

【田老分室】

《おはなし会》10月18日(土) 午前11時

【新里分室】

※今月は子ども映画会・おはなし会はありません

【川井分室】

※今月は子ども映画会・おはなし会はありません

【休館日】

本館・川井分室…月曜日(13日は開館)、14日(火)

田老分室・新里分室…月曜日