

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。



令和7年6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6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



暑さも日々増してきて、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。夏ならではの遊びも楽しみですが、急に暑くなるので体調を崩しがちになります。外出時にはこまめに水分補給をしたり、帽子をかぶったりして健康に過ごしたいですね。

今月も楽しいイベントが盛りだくさんです。遊びのヒント探しやお友だち作りなどお気軽に出かけてみてはいかがでしょうか。



七夕ってなあに？

七夕は「笹の節句」と呼ばれ、桃の節句や端午の節句など1年の節目を表す「五節句」の一つです。きれいな七夕飾りにも意味が込められているようです。

◇短冊…願い事を書くのは、字が上手になるようにとの願いが込められています

◇吹き流し…機織りが上達するようにとの願いが込められた飾りで、織り糸を垂らした様子を表しています

◇野菜…豊作の願いが込められています

夏の夜のひとときを家族みんなで楽しみましょう。
みなさんの願い事が叶いますように。



夏のおすすめ絵本

- ・きんぎょがにげた 五味太郎 作
- ・わにわにのおでかけ 小風 さち 文
- ・たなばたバス 藤本ともひこ 作
- ・ぐりとぐらのかいすいよく なかがわりえこ 作
- ・かぶとむしのぶんちゃん 高家 博成・仲川道子作

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。

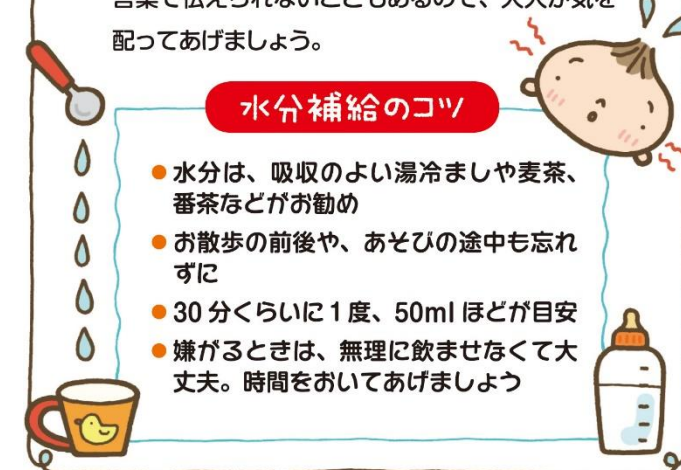


赤ちゃんの水分補給 どうしたらよいの？

大人に比べて子どもは汗かき。特に0～2歳のころは新陳代謝がよく、おしっこ回数も多いので、たくさんの水分が必要です。のどが渇いていても言葉で伝えられないこともあるので、大人が気を配ってあげましょう。

水分補給のコツ

- 水分は、吸収のよい湯冷ましや麦茶、番茶などがお勧め
- お散歩の前後や、あそびの途中も忘れずに
- 30分くらいに1度、50mlほどが目安
- 嫌がるときは、無理に飲ませなくて大丈夫。時間を置いてあげましょう



7月の図書館情報

【本館：子ども映画会】

◇日にち：7月5日・12日・19日・26日(土)

◇時間：午前11時、午後2時

【本館：おはなし会】

◇日にち：7月5日・12日・19日・26日(土)

◇時間：午後2時30分

【田老分室】

《映画会》 7月25日(金) 午後2時

【新里分室】

※今月は子ども映画会・おはなし会はありせん

【川井分室】

※今月は子ども映画会・おはなし会はありせん

【休館日】

本館・川井分室…月曜日(21日は開館)、22日(火)

田老分室・新里分室…月曜日