



長崎市梅香崎地区 子育て支援センター

ひなたぼっこ

長崎市大浦町 7 番 2 号 095-822-2940

開所日時 月～土 午前 10 時～午後 4 時

利用料 無料

HPアドレス <https://www.npo-hot.jp/>

ブログアドレス <https://hinata2940.exblog.jp/>

## 5月のイベントカレンダー

2025 年

お出かけに最適な季節となりましたね😊暖かくなってきて、ひなたぼっこに初めて来てくれる親子の方々も増えています。  
ひなたぼっこは概ね 3 歳未満の親子が遊べる広場です。普段の日は予約なしでご利用できますので、お気軽にお越しください。  
5月のイベント予約は5/1(水)10:00～来所時かお電話でお申し込みください。ベビータイム・リラックスヨガを行っている時間帯は予約している方のみのご利用となります。その他のイベントは、フロアで遊ぶことができますよ。

| 日         | 月        | 火        | 水                      | 木                | 金                     | 土        |
|-----------|----------|----------|------------------------|------------------|-----------------------|----------|
|           |          |          |                        | 1 イベント<br>予約開始日  | 2                     | 3<br>お休み |
| 4<br>お休み  | 5<br>お休み | 6<br>お休み | 7                      | 8                | 9                     | 10       |
| 11<br>お休み | 12       | 13       | 14(予約 10 組)<br>リラックスヨガ | 15               | 16 (予約 4 組)<br>育児相談   | 17       |
| 18<br>お休み | 19       | 20       | 21 (予約 5 組)<br>栄養相談    | 22               | 23(予約 12 組)<br>ベビータイム | 24       |
| 25<br>お休み | 26       | 27       | 28                     | 29 (要予約)<br>お誕生会 | 30                    | 31       |

Instagram  
もみてね

### イベント詳細

★5月14日(水) 【要予約】リラックスヨガ 11:00～11:30

講師：古賀美佳さん

ゆっくりと日々の疲れた体を癒してくれるヨガです。動きやすい服装でご参加下さい。

★5月16日(金) 【要予約】育児相談 10:00～11:30

講師：長崎大学保健学科 本多先生

お母さんの健康の事や子どもさんの気になることなど個別相談できます。ご希望により身長・体重の測定も致します。

(予約時に相談時間をお伝えしますので、10 分前にはお越しください。)

★5月21日(水) 【要予約】栄養相談 10:00～11:50

講師：ピーンスターク・スノー(株)栄養士・ベビーケアアドバイザー 溝上さん

お子さんの栄養に関する個別相談や、身長・体重の測定も行いますので是非ご利用ください。

(予約時に相談時間をお伝えしますので、10 分前にはお越しください。)

★5月23日(金) 【要予約】ベビータイム 11:00～11:40

赤ちゃんとのふれあい遊びや、絵本の読み聞かせ、簡単なマッサージを楽しみましょう。

初めてひなたぼっこを利用する方も大歓迎です。参加者の交流タイムもありますよ。(対象年齢は 2 ヶ月～10 ヶ月です。)

★5月29日(木) 【要予約】5月のお誕生会 11:00～11:30

5月生まれのお友だちは予約をお願いします。お祝いしてくれるお友だちは予約なしで参加できますよ。

(予約された方は、当日誕生カードを作成しますので 10:40 までにお越しください。)

