



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 (要申込・託児有) <b>ママ向け栄養講座</b> 時間：10:00～11:00 対象：乳幼児を持つ母親 20名	4	5 (要申込・託児有) <b>ファミサポ説明・登録会</b> 時間：10:00～11:25 対象：大人 8名 ※事前申込みが必要です	6 <b>お休み</b>	7
8	9 (要申込) <b>ベビーマッサージ&amp;産後ママのストレッチ体操</b> 時間：10:00～11:00 対象：親子 15組(2～8ヵ月) オイル代：500円	10 <b>はみんぐサロン</b> ～おしゃべり会～ 時間：9:45～11:30 対象：誰でも	11 <b>おはなしの会</b> ～読みきかせ～ 時間：11:00～11:20 対象：誰でも	12	13 <b>お休み</b>	14
15	16 <b>お休み 敬老の日</b>	17 <b>おはなしの時間</b> 時間：10:00～10:25 対象：誰でも	18 (多世代交流) <b>童謡をうたおう</b> ～おしいちゃん・おばあちゃんと一緒にうたおう～ 時間：13:30～ 対象：誰でも	19 (要申込) <b>親子ヨガ</b> 時間：10:00～11:00 対象：親子 12組 (1才6ヵ月～3才位)	20 <b>お休み</b>	21
22 <b>ボールで遊ぼう</b> 時間：9:30～10:20 対象：誰でも	23 <b>お休み 秋分の日</b>	24 <b>9月のお誕生会</b> 時間：10:00～ 対象：親子 22組 (9月生まれの未就学児) 参加費：500円(申込時)	25 <b>スタンプ遊び</b> ～ぶどう～ 時間：9:30～10:20 対象：誰でも	26 <b>おはなしの会</b> ～読みきかせ～ 時間：14:00～14:20 対象：誰でも	27 <b>お休み</b>	28 <b>フックンの紙芝居</b> 時間：10:00～10:30 対象：誰でも
29	30	<b>9月の毎日の体操(10:30頃・14:30頃)は "サンサン体操"と"ひざしたいようサン"です</b>		<b>「光がとる絵で窓をかざろう！」</b> 日時：10月6日(日) 9:30～12:30 場所：はみんぐぱーく・みと 対象：誰でも 内容：アーティストの林友深さんと窓ガラスを絵で飾ります。 ※詳しくは10月の予定表に掲載します。 共催 水戸芸術館		

～講座申込開始日～  
 ＊9/3(火) ママ向け栄養講座：8/24(土)から  
 ＊9/5(木) ファミリーサポートセンター説明登録会：8/31(土)から  
 ＊9/9(月) ベビーマッサージ&産後ママのストレッチ：9/1(日)から  
 ＊9/19(木) 親子ヨガ：9/11(水)から

【講座申込】電話または2階の受付で ご本人が申込みください(9:00～17:00)  
 ＊希望者が多い場合は申込順となります。  
 ＊また、申込後にキャンセルされる場合は必ずご連絡ください。  
 ＊やむを得ず、予定が変更・中止になることがありますのでご了承ください。  
 ＊参加費・材料費がかかる講座についてはおつりのないようお願いします。

**育児相談** (月～木曜日 10:00～15:00)  
 妊娠・出産・子育てに関する心配ごとや  
 悩みごとなど、お気軽にご相談ください。  
 担当：看護師

**お誕生会** (要申込)  
**9月24日(火) 10:00～**  
 参加者募集 親子 22組  
 (9月生まれの未就学児)  
 9/5(木)から 申込開始  
 9:00から 電話または  
 2階受付で申込みください

**ママ向け栄養講座** (要申込)  
 日時：9月3日(火)  
 10:00～11:00  
 対象：乳幼児を持つ母親 20名(託児有)  
 内容：生活習慣病予防について  
 保健師・栄養士による講話  
 ※8月24日(土) 9:00から  
 電話または2階受付で  
 申込みください

**駐車場について**

- 施設内駐車スペースは 16 台分用意してあります。
- 満車の場合には、備前堀沿いの専用駐車場を**駐車場係員が案内**します。利用するには**専用駐車場駐車券が必要**となり、**順番に案内**しますので **はみんぐぱーくにお越しください。**
- イオンリテール株式会社地域の地域貢献活動の一環として「はみんぐぱーく・みと」を親子で利用する皆さまに **イオンスタイル水戸下市店駐車場の一部を利用していただくことができます。** 駐車券はありません。
- ハミングロード沿いの駐車スペースへの駐車はご遠慮ください。

**ハミングロード 513、備前堀沿い道路は、一方通行の道路ですので  
 気をつけて通行してください。**

**水戸市本町子育て支援・多世代交流センター**  
**「はみんぐぱーく・みと」**  
 〒310-0815 水戸市本町 1-8-2  
 電話 029-302-3662  
<http://www.kosodate-mito.com/>  
 開館日：土曜日～木曜日  
 (金曜日・祝日・年末年始は休館)  
 AM 8:30～PM 5:15