

7.8月号 鷺宮すこやか子育てだより

中野区鷺宮3-18-15

電話3336-7111 FAX3336-7134

saginomiyatiikikea@city.tokyo-nakano.lg.jp

◎ 開設時間 ◎

月曜日～金曜日 8:30～17:00

(土曜日・日曜日、祝・休日、年末年始を除く)

＜みなさんは、暑い夏をどのように乗り切っていますか？＞

水遊び、外に打ち水をする、扇風機の前に水を凍らせたペットボトルを置くなど、安全に且つ、快適に過ごすアイデアを試してみませんか。

また、小さな子どもがいる家庭では、水分補給、買い物の時間帯の工夫など熱中症に注意しながら、上手に夏を乗り切りましょう。

体調の不良を感じた時は、早めに医療機関を受診しましょう。救急車を呼ぶかどうか判断に迷った時や、応急手当のアドバイスについては、救急相談（#7119）で聞くことができます。



離乳食講習会

- ◆7月5日(火) (後期 9～12ヶ月頃)
- ◆8月9日(火) (初, 中期 5～8ヶ月頃)
- *時間 講座 13時半～15時半
(受付 13時15分～)

赤ちゃんの発育やペースにあわせ楽しく離乳食を始めましょう。

赤ちゃんと一緒に参加できます。

お申込み、お待ちしております。

- ◆会場 鷺宮すこやか福祉センター
- ◆電話 3336-7111



サンデー両親学級

★申し込みが必要です。申し込み多数の場合は抽選です

日時 8月28日(日)

午前の部9:30～11:40 又は 午後の部1:45～3:55

会場 若宮児童館

申し込み期間、7月15日～7月28日

①住所②両親の名前・年齢③電話番号④出産予定日⑤希望日・時間・開催場所を書いて封書にて下記にお申し込みください。

★申し込み・問い合わせ先★

〒150-0012 渋谷区広尾1-10-5 テック広尾4F
(株)ポピズコーポレーション 「中野区両親学級」担当
電話 03-3447-5826



地域育児相談会

★中野区内在住の方、優先です。

産後の体とこころのセルフケア講座 ～エクササイズとコミュニケーションワーク～

日時 7月4日(月) 14:00～15:30 会場 鷺宮児童館 鷺宮3-40-13

講師 吉田紫磨子 氏 *マドレボニータ認定産後セルフケアインストラクター

定員 20名 (生後180日以下のお子さんはお母さんと同伴で受講)

一時保育 生後180日以上のお子さん 10名

申込み 6月27日～ ★鷺宮すこやか福祉センターで受け付け、
定員になり次第締め切ります。

受付電話 3336-7111 (鷺宮すこやか福祉センター)



＜夏本番!＞

外遊び好きは、上鷺東公園や大和公園の「じゃぶじゃぶ池」が楽しめます。(就学前のお子さん対象)
利用期間は7月下旬から8月下旬の30日間。利用時間は10時～12時。13時～16時です。

また、児童館も涼しく過ごせます。夏休み期間中は、9時～17時の利用です。児童館によって利用方法が違うので、詳細は各館にお問い合わせください。裏面も参考にしてください。

夏休み期間の児童館 開館時間の変更 7月21日～8月27日は、9時～17時開館です。
夏休み期間は、小中学生も朝から利用していますので、ホールは共有の利用になります。利用方法など、詳しくは、各児童館にお問い合わせください。

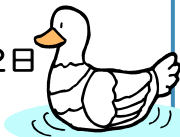


大和児童館 大和町 2-8-12 ☎3330-3261

ひろげよう子育ての輪 『わんぱくキッズ』
火・金曜日 11:00～11:30

★7月5日(火)で”わんぱくキッズ” 春期終了
★9月16日(金) 秋期開始です。
★夏休み期間は、午前11時から正午まで1階ホールを乳幼児専用で使えます。正午から午後1時の間は、昼休み休館です。

★巡回育児相談 7月12日 8月2日
10時半～12時



大和西児童館 大和町 4-14-9 ☎3330-5399

『ポヨヨン・キッズ』 水・金曜日 11:00～11:30

★7月1日(金) 七夕会準備
★7月6日(水) 七夕会
★7月8日(金) ママたちのティータイム
*各自ママ用の飲み物やお菓子など持参のこと。30分のティータイム中は子育てサポーターさん方が子どもを一時保育します。

★巡回育児相談 7月1日 8月24日
10時半～12時



鷺宮児童館 鷺宮 3-40-13 ☎3337-8430

「ひまわりキッズ」火～金曜日になります。

★ひまわりキッズ 7月は8日で終了
9月は7日からスタート

★乳幼児の優先タイム
小学校の夏季休業期間(7/21～8/28)火～金
11:30～12:00ホールが乳幼児優先タイムになります。
★にこにこルーム
児童館が開館している時間はいつでも利用できます。
12時～1時はランチもできます。

★巡回育児相談 7月27日 8月30日
10時半～12時



若宮児童館 若宮 3-54-7 ☎3330-7899

★乳幼児親子事業「みんなともだち」
毎週水・金曜日 11:00～11:45 登録は随時受付

★7月6日(水) 七夕おべんとう会～春期終了
★秋期は9月21日(水)～ しゃぼん玉であそぼう
乳幼児ほっとルーム 「みんなともだちルーム」
夏のひと時を親子で、お友達と楽しく過ごしませんか?
※7月21日(木)～8月27日(土)までは12:00～1:00の利用はできません。ただし、7月21日(木)～29日(金)および8月23日(火)～26日(金)は「夏休みおべんとうタイム」として開放します。
くわしくはお問い合わせください。
★巡回育児相談 7月5日 8月3日
10時半～12時

かみさぎ児童館 上鷺宮 3-9-19 ☎3998-0074

『ちびっこタイム』 水曜日・金曜日 11:00～11:45

★7月6日(水) 七夕会
★7月15日(金) ちびっこタイムスペシャル
「ママのしゃべり場」パートII 「食事のはなし」
栄養士さんを囲んで、おしゃべりしましょう。
★9月16日(金) ちびっこタイムスペシャル
「ママのしゃべり場」パートIII 「子育ての話しあれこれ」
育児アドバイザーを囲んで、おしゃべりしましょう。
★秋期は9月14日(水)からはじまります。
★巡回育児相談 7月6日 8月9日
10時半～12時

西中野児童館 白鷺 3-15-5 ☎3339-9826

『のびのびキッズ』 水・金曜日 10:30～11:30

★7月1日(金) 七夕会
短冊に願い事を書いて笹に飾り、みんなで楽しみましょう。のびのびキッズは7月6日で、春期終了です。
★秋期は9月14日(水)からです。
★夏休み中(7/21～8/27)の利用について
期間中は、「乳幼児専用ルーム」を午前9時～正午/午後1時～午後3時まで設けます。ご利用ください。
★巡回育児相談 7月13日 8月26日
10時半～12時

あかちゃんグループ IN 鷺宮児童館

月曜日のあかちゃんグループでは、初めての子育てで不安なことや離乳食のこと、あそばせ方などを育児アドバイザーと一緒に、おしゃべりしています。また、スキンシップ遊びを親子で楽しんでいきます。
《会場》 鷺宮児童館 鷺宮 3-40-13
《日時》 毎週月曜日 10時～17時
ランチタイム 12時～13時(祝日、年末年始はお休み)
《プログラム》
*身体測定 7月11日 8月15日
*誕生日会 7月25日 8月29日



キッズ・フラザ武蔵台 乳幼児親子の居場所情報

- 7月の予定 7月5日 12日 19日 8月30日(火) 午前10時45分から12時まで。
- ★校門ではなく、キッズ・フラザ武蔵台の大人用の門(新青梅街道側の歩道橋の近く)からインターホンを押して入ってください。駐輪場は、ありません。自転車には乗って来ないでください。

