

# 11. 12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

saginomiyaikikea@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)



## 遊んだ後は、手を洗おう!

秋は、ドングリやきれいに色づいた落ち葉、虫や花。子どもたちの気になるものがいっぱいです。さわってみて、遊ぶことは、子どもたちのココロとカラダの成長においても、とても大切なこと。遠慮せずに、どんどんさわって遊びましょう。そして、遊んだあとは必ず石鹸で手洗い! 特に砂場には、猫や鳥など、動物たちも遊びに来ているかも。砂場で遊んだあとは、特に意識してしっかり洗いましょう。その他、公園の遊具などで遊んだあとも忘れずにね。

## 離乳食講習会

◆11月1日(火)

(後期9ヶ月以降～)

◆12月6日(火)

(初、中期 5～8ヶ月頃)

\*時間 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

～ はじめて赤ちゃんをむかえるご両親のために ～

日時 12月18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 11月22日～12月5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)ポピン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 11月29日(火) 10時～正午

会場 若宮児童館 若宮3-54-7

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

一時保育 生後180日以上のお子さん 10名

(生後180以下のおさんはお母さんと同伴で受講)

申込み 11月7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。

電話 3336-7111

## 子育て講座 Nobody's Perfect

## 『完璧な親なんていない』

Nobody's Perfectは、子育ての悩み、関心事をそれぞれに出し合い、話し合いながら“自分にあった子育て方法”を学ぶカナダ生まれの親支援プログラムです。(一時保育あり)

日時 1月19日～2月23日 10時～正午  
毎週木曜日 全6回

会場 大和児童館 大和町2-8-12

定員 16名

申込み 12月21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。

電話 3336-7111

**\*冬休み期間の児童館 開館時間の変更\***

12月26日～1月7日は、9時～17時開館です。

冬休み期間は、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。



**いってみようよ**  
**じせうかん!**



**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

- 11月2日 保健師による健康講座「冬の感染症撃退法」
- 4日 乳幼児向けの救急法
- 9日 アロマでリフレッシュ (有料¥100)  
お好きな香りのマッサージオイルを作ります。
- 18日 お話し会と折り紙工作
- 25日 ママ達のティータイム (お菓子&飲み物持参)
- 12月2日 お話し会
- 7日 お楽しみ会

★巡回育児相談 11月16日 12月20日

**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

- 11月4日 手作りおもちゃ コロコロ人形
- 8日 救急救命 (誤飲対応、心肺蘇生法、AED使用法)
- 18日 防災訓練 消防車乗車体験
- 29日 保健師による健康講座「冬の感染症撃退法」
- 12月6日 お楽しみ会～※わんぱくキッズ秋期最終日

★巡回育児相談 11月8日 12月13日

**鷺宮児童館** 鷺宮 3-40-13 ☎3337-8430

『ひまわりキッズ』

火・木 11:50～正午 水・金 11:00～11:30

- 11月2日 薬剤師さんに聞く  
「救急箱に備えておく心安なもの」
- 9日 消防署見学  
※10時30分 野方消防署鷺宮出張所に集合
- 10日 白鷺保育園スタッフが来ます
- 12月2日 お楽しみ会 ※秋期はこの日で終了です。  
@冬期は2012年1月11日(水)から実施します。

★巡回育児相談 11月29日 12月27日

**若宮児童館** 若宮 3-54-7 ☎3330-7899

『みんなともだち』 水曜日・金曜日

11:00～11:45 登録は随時受付

- 11月4日 「かかると大人も子ども大変!」  
～冬の感染症 撃退法」
- 6日 しみちゃんのパネルシアタータイムと  
クリスマス会の相談をしよう
- 18日 しみちゃんとパネルシアターを作ろう!!
- 25日 30日 クリスマス会の準備
- 12月2日 クリスマス会 サンタさんもくるかな??  
\*お母さんたちで準備をして、楽しいクリスマス会にしましょう。  
※秋期最終日。冬期は1月20日(金)スタート  
\*くわしくは「みんなともだち通信」をご覧ください。  
乳幼児ほっとルーム「みんなともだちルーム」  
冬休み期間も12～1時の利用ができます。

★巡回育児相談 11月2日 12月7日

**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

- 11月2日 「体操・たいそう・TAISOU!」  
いつもの体操の他にもいろいろな体操をします
- 11日 保健師による健康講座「冬の感染症撃退法」

★巡回育児相談 11月4日 12月6日

**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

- 11月11日 「防災体験」初期消火と通報訓練  
★いざという時の対応を消防署の人から学びます。
- 12月2日 ちびっこクリスマスお楽しみ会 (秋期最終日)  
★11月の中旬頃から、どんなクリスマス会にするか相談して準備します。みんなのアイデアで楽しいクリスマス会にしましょう。  
★冬期は、1月13日(金)からはじまります。

★巡回育児相談 11月15日 12月21日

**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、あそび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、スキップ遊びを親子で楽しんでいます。

★12月12日は館内清掃の為13時からの利用になります

《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 11月21日 12月19日

\*誕生日会 11月28日 12月26日



**キッズ・フラザ武蔵台**  
**乳幼児親子の居場所情報**

毎週月曜日・火曜日 午前10時45分から12時。冬休み中はおやすみ。

★校門ではなく、キッズ・プ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。

