

# 1・2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)

## えほんで♡ホッ♡



子育て中は片時も子どもが離れず自分の時間がなかなか作れないけど、児童館では見通しのよいホールがあったり職員がいたり、ママ友がいて一瞬でも心が子どもから開放される時間ができると思います。

そんな時、絵本を読んでみませんか。子どもの時に読んだ絵本、大人になって初めて出会う絵本。大人になったから感じる何かがあるかも…。

そんな絵本を児童館に用意しました。絵本でホッと一息を。

〈おすすめ絵本の紹介〉

だいじょうぶだいじょうぶ か〜くんどうしてほくだけしかくの？

生んでくれてありがとう the blue day book (Dear Mom) 他4冊



## 離乳食講習会

◆2月7日(火)(初, 中期 5~8ヶ月頃)

\*時間 13時半~15時半

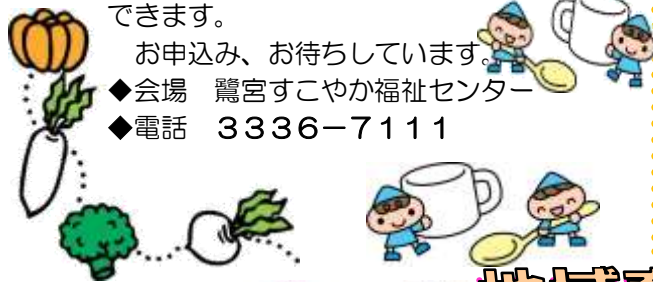
(受付13:15分~)

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 2月26日(日)

午前の部9:30~11:40

会場 若宮児童館

申し込み期間 2月1日~2月14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5-6-6 広尾プラザ5階

(株)ポピンズ 「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。

### 親子でスキンシップあそび

音楽に合わせて体を動かしたり、子どもの大好きなスキンシップを楽しみましょう。

日時 1月19日(木)  
10:30~11:30

会場 鷺宮児童館  
鷺宮3-40-13

講師 秋元 宏之氏(こどもの城)

対象者 乳幼児親子 20組

申込み 1月11日(水)10時~

鷺宮児童館へ、電話または、直接来館でお申込みください。

定員になり次第締め切ります。

申し込み電話 3337-8430



### 子育てストレスとどう付き合う

ストレスとうまく付き合うポイントを一緒に学びましょう。

日時 1月24日(火)  
10:15~12:00

会場 西中野児童館  
白鷺3-15-5

講師 長田 美江氏(心理相談員)

定員 20名

一時保育定員 16名

申込み受付 1月6日(金)10時~

鷺宮すこやか福祉センターへ電話または、直接来所でお申込みください。

定員になり次第締め切ります。

申し込み電話 3336-7111



### 小児科の先生のお話し

熱や下痢など具合が悪くなった時、まずどうしたらいいか等の話をさせていただく予定です。

日時 2月1日(水)  
10:15~12:00

会場 大和児童館  
大和町2-8-12

講師 やじまクリニック 矢島邦夫先生

定員 20名

一時保育定員 16名

申込み受付 1月17日(火)10時~

大和児童館へ電話または、直接来館でお申込みください。

定員になり次第締め切ります。

申し込み電話 3330-3261



**\*冬休み期間の児童館 開館時間の変更\*** 児童館は日曜日・月曜日・祝日年末年始はお休みです。  
12月26日～1月7日は、9時～17時の開館です。冬休み期間は、小中学生も朝から利用していますので、  
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。  
通常の開館時間は、火～金は10時～18時 土曜日は9時～17時です。



# いってみようよ じどうかん!

**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  
1月17日(火)よりスタート  
☆1月20日(金) 栄養士による簡単に出来る離乳食のおはなしがあります。  
☆2月1日(水) 小児科の先生にお話しをしていただきます。(詳細はお問い合わせください)  
☆2月17日(金) 歯科衛生士による歯磨き教室があります。  
\*巡回育児相談 1月17日(火) 2月21日(火)

**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  
冬期スタート 1月20日(金)  
0歳から参加できます。毎回みんなで体操や、手遊びなど、楽しいプログラムを用意しています。  
★1月20日(金) みんなであそぼう  
★2月1日(水) しみちゃんのパネルシアタータイム  
★2月3日(金) 節分  
※2月後半からは、3月9日(金)の「おたのしみ会」にむけて準備をしたり、手形をとったりします。  
くわしくは「みんなともだち通信」をご覧ください。  
◎水・金以外の日も、1Fホールや2F みんなともだちルームで遊ぶことができます。お気軽にご利用ください。  
\*巡回育児相談 1月18日(水) 2月7日(火)

**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  
のびのびキッズは1月20日(金)から始まります。  
※登録は随時受け付け  
★1月25日(水) 運動あそび  
登ったりすべったり、くぐったりして遊ぼう!  
★2月3日(金) 節分  
\*巡回育児相談 1月27日(金) 2月1日(水)

## 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・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。

**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  
1月13日～冬期始まり  
おはなし会 1月20日 2月17日  
27日 初期消火&通報体験  
2月 3日 節分ごっこ  
8日 歯科衛生士さんによる歯の健康講座  
10日 ママたちのティータイム  
24日 おひなさまのお面作り  
29日 手形をとろう  
\*巡回育児相談 1月11日(水) 2月17日(金)



**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  
1月11日からスタート  
☆1月24日 白鷺保育園スタッフが来ます  
☆地域育児相談  
「親子でスキンシップ遊び」  
1月19日(木)10時30分から11時30分  
講師 こどもの城 秋元 宏之氏  
定員20組 申込みは1月11日(水)から  
☆栄養士さんによる食育講習会 2月15日(水)  
\*巡回育児相談 1月31日(火) 2月14日(火)



**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  
冬期は、1月13日(金)からはじまります。  
☆2月16日(木)  
「親子スキンシップあそび+お母さんのための体のケア」  
野口栄子氏に教えてもらいます。  
第1部 10:00～(0才～1才)  
第2部 11:00～(1才1ヶ月以上)  
定員各回20人 申し込み2月1日～詳細は児童館まで。  
☆2月24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5育児アドバイザーを囲んで、おしゃべりしましょう。  
\*巡回育児相談 1月25日(水) 2月24日(金)



## 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、スキンシップ遊びを親子で楽しんでいます。

《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 1月23日 2月20日

\*誕生日会 1月30日 2月27日

