

7・8月号 鷺宮すこやかか 子育てだより

発行 鷺宮すこやか福祉センター

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)

「子どもの命を守る、ママたちの防災」講座のお話より。

先月、東日本大震災の被災女性の体験をもとに女性目線で編集された『被災ママ 812 人が作った 子連れ防災手帖』のMAMA-PLUG 富川万美氏を迎え、講座を開催しました。

防災は大切だと思いつつなかなか取り組めていない現状や、子どもがいるからこそその視点など、日常生活や、避難用品について、それぞれの家庭に合っているかを見直すきっかけになりました。例えば、常時持ち歩く物には、保険証、家族の写真、携帯電話のバッテリー、水、飴などがあるといいそうです。また、実際に避難場所まで歩いてみることも、非常食を食べてみることを『防災ハイキング・防災ピクニック』とし、親子で楽しみながら、我が家なりの視点を半年に1回に見直すといいそうです。

避難所については、各区民活動センターまたは区役所で配布している『中野の防災』（中野区防災地図）をご覧ください。また、中野区のホームページから見る事ができます。



むし歯予防チャレンジ教室

歯の交換期を迎える子ども達自身に、むし歯予防法や噛むことの大切さ、口の役割について、ゲームやクイズをスタンプラリーで楽しく体験していただきます。

歯の磨き方や糸ようじの実習、噛むおやつを試食もします。手ぶらでどうぞ。(無料)

日時 7月25日(木)

受付時間 午後1時半から3時

対象 4歳頃から小学生までのお子さんとその保護者

会場 鷺宮すこやか福祉センター

定員 25組

申込み 7月23日(火)までにお申込みください。

申込み・問い合わせ 鷺宮すこやか福祉センター

電話 3336-7111



離乳食講習会

◆後期(9か月～12か月頃)

7月23日(火) 13時半～15時半

◆初期中期(5～8ヶ月頃)

8月27日(火) 13時半～15時半

楽しく無理なく離乳食を進めていけるように保護者の方が試食を通して離乳食の味付けや調理形態を体験します。赤ちゃんと一緒に参加できます。

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込期間 開催日の1ヶ月前から3日前まで

申込方法 電話、窓口または、電子申請。

電話 3336-7111



地域育児相談会

中野区在住の方優先

「おやこヨ～ガ」

日時 9月10日(火) 10時～12時

会場 かみさぎ児童館 上鷺宮3-9-19

定員 20組

申込み 8月1日 10時～

★かみさぎ児童館で受け付け、定員になりしだい締め切ります。

★受け付け電話3998-0074



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 7月21日(日) 午前

申込期間 6月14日～6月24日

8月25日(日) 午前

申込期間 7月12日～7月22日

会場 若宮児童館(児童館へは問い合わせをしないでください)

申し込み方法

①住所②両親の名前・年齢③電話番号(日中のご連絡先)

④出産予定日⑤参加希望日時・開催場所第1希望・第2希望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5F

(株)ポピンス「中野区両親学級」係

電話 03-3447-5826



あかちゃんグループ IN 鷺宮児童館

育児アドバイザーと一緒にしゃべりましょう

《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

《身体測定》 7月22日 8月19日



いってみようよ じどうかん!

巡回育児相談

育児アドバイザーが、各児童館を巡回し、子育て相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。
時間 10:30~12:00

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(金) 西古さんと七夕かざり作り他

★春期は7月12日(金)まで、
秋期は9月6日(金)からです。

★ホールの乳幼児親子専用の時間
小学校夏休み期間(7月22日~8月27日)は
11時~12時のご利用に変わります。

★らっこキッズルーム〔乳幼児専用ルーム。飲食できます〕
火曜日~金曜日は10時~17時半、土曜日と小学校
夏休み期間は9時~17時まで利用できます。
お昼時間も利用できますが、小学校夏休み期間お昼時
間の利用はできません。

※7月20日(土)は行事のため、午後の一般利用はできません。

★巡回育児相談 7月2日 8月7日

鷺宮児童館 鷺宮 3-40-13 ☎3337-8430

『ひまわりキッズ』火~金曜日 11:30~11:45

★春期7月12日まで、秋期は9月3日から始まります。

◎7月2日(火) 3日(水)七夕飾り作り

◎7月4日(木)七夕カフェ&七夕会

◎7月11日(木)カフェ

◎7月12日(金)ひまわりキッズ春期終了

◎7月13日(土)イクメンデー

★巡回育児相談 7月24日 8月13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

春期は7月10日まで。秋期は9月11日からです。

◎7月3日(水)「七夕会」

*みんなで楽しい会にしましょう!

◎7月10日(水)「みずあそび」

*着替え・飲み物などお持ちください。

◎「乳幼児専用ルーム」について

*小学校が夏休み期間中は、毎日9時~12時と
13時~15時の時間、プレイルームを乳幼児専用
のお部屋として開放します。ランチタイムはありません。

★巡回育児相談 7月23日 8月27日

夏休み期間の児童館 開館時間

7月23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3日(水)「七夕飾り作り」

・7月5日(金)「七夕会」短冊に願い事を書
いて笹竹にかざります

・春期は7月10日(水)まで、
秋期は9月11日(水)からです。

*学校が夏休みの期間は乳幼児親子優先タイム(水・金曜
日の10時半~12時)があります。1階ホールは乳幼
児親子が優先で遊べます。(小学生以上も静かなあそび
をして過ごす場合があります。)

・火曜日から土曜日の9時~17時は「ひよこルーム(乳
幼児親子専用のお部屋)」もご利用いただけます。

★巡回育児相談 7月10日 8月21日

若宮児童館 若宮 3-54-7 ☎3330-7899

「みんなともだち」水・金曜日 11:00~11:45

★春期は、7月19日(金)まで、秋期は9月13日(金)
から始まります。

★7月3日(水)七夕会

★7月5日(金)ベビーマッサージ(申込みが必要です。)

・参加2回以上の方 10名 10:30~11:00

・初めての方 5名 11:10~11:40

★7月19日(金)食育講座「夏を元気に過ごそう!」

・身近な野菜を使ってバッククッキング。

・離乳食にも役立つ、身近な野菜を使った
栄養たっぷりの簡単メニューを紹介します。

★巡回育児相談 7月3日 8月28日

かみさぎ児童館 上鷺宮 3-9-19 ☎3998-0074

『ちびっこタイム』水・金曜日 11:15~11:45

★春期は7月19日(金)まで、秋期は9月11日(水)
からはじまります。

★7月3日(水)七夕かざりをつくろう

★7月5日(金)七夕会

『たいそうタイム』火・木曜日 11:45~12:00

親子で体操をしたり、手遊びをしたり、たくさん遊びな
がら親子共にお友だちをつくりましょう。

『くまちゃんたいむ』7月12日(金) 11:30~12:00

ボランティアグループ「くまちゃんず」のみなさんが
絵本の読み聞かせをしてくれます。

*7月23日(火)~8月24日(土)の小・中学校の夏
休みの間は、ほっとルームの他に、午前中9:00~12:
00に、2階会議室を乳幼児親子のみなさんのために、
開放します。コンビカーなども利用できます。

★巡回育児相談 7月25日 8月20日

上鷺宮 5-1-1 3970-0440

毎週月曜日と火曜日の午前10時45分から12時まで。

7月16日(火)まで利用できます。次回は、9月2日(月)から始まります。夏休み期間は、乳幼児の利用はお休み。

★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。

キッズ・プラザ武蔵台 乳幼児親子の居場所情報

