

平成 29 年度

5. 6 月号

鷺宮すこやかか 子育てだより

《鷺宮すこやか福祉センター開設時間》

月曜日から金曜日.....午前 8 : 30 から午後 7 : 00

土曜日.....午前 8 : 30 から午後 5 : 00

(日曜日、祝日、年末年始<12月29日~1月3日>はお休み)

発行 鷺宮すこやか福祉センター

中野区若宮 3-58-10

電話 3336-7111 FAX3336-7134

saginomiyatiikikea@city.tokyo-nakano.lg.jp

プレママおしゃべり会

◎6月26日(月) 14:00~15:30

・地域の方や先輩ママと出産、子育てのお話をしましょう。

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆対象 初めての出産を迎えるプレママ、プレパパ、ご家族の方

◆申込み先 鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111



妊婦さんの 歯っぴいお食事講座

◎5月12日(金) 10:00~12:00

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

・妊娠中から産後の食事のポイント、離乳食作りにも応用できるレシピ紹介(試食あり)

・妊娠中の口腔ケアお口の健康チェック(実習あり)

・妊婦さん同士で情報交換などもできます

◆対象 初めて出産をむかえる方 15名

◆申込み先 鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111



ほっこり~の鷺宮

◎ 5月30日(火) 13:00~14:45

◎ 6月29日(木) 13:00~14:45

・助産師やほかのお母さんと子育てや日々の思いをお話ししましょう。

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆対象 4か月以下の赤ちゃん和妈妈

◆定員 各回 12組

◆申込み先 実施日の2週間前から、鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111

離乳食講習会

赤ちゃんの発育やペースにあわせ楽しく無理なく離乳食をすすめてみましょう。赤ちゃんと一緒に参加できます。(各コース初めての参加の方が対象)

◎5月23日(火) 後期 9~12か月児 25組

◎6月27日(火) 初期・中期 5~8か月児 30組

◆時間 13:30~15:30

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆申込み先 5月23日分は4月24日(月)から
6月27日分は5月29日(月)から
鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111



親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!(BPプログラム)



◎6月30日、7月7日 } 金曜日
7月14日、7月21日 } 全4回講座

◆時間 14:00~16:00

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆対象 初めての赤ちゃんを育てるママと2か月から5か月の赤ちゃん

◆定員 20組

◆テキスト代 864円

◆申込み先 5月22日(月)から
鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111

おやこでベビーリトミック

鷺宮すこやか福祉センター 地域育児相談会

◎6月6日(火) (中野区在住のかた優先)

10:00~抱っこクラス

11:00~あんだよクラス

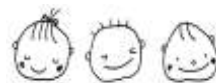
◆講師 丸木 美花 氏

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆定員 各クラス20組

◆申込み先 5月17日(水)から
鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111





いってみようよ



児童館



★各館ごとに、乳幼児向けのプログラムを用意しています。職員と一緒に体操をしたり、パネルシアターや季節の行事を楽しんだりしています。乳幼児向けのプログラムについては、各児童館にお問い合わせください。中野区のホームページでも見ることができます。

★児童館の利用時間 火～金 10:00～18:00 土・学校休業日 9:00～17:00

★児童館に乳幼児向けの専用スペース【ほっとルーム】があります。西中野児童館は、まだありませんが、小学生以上の児童が来館するまでゆっくり遊べます。

★子育て巡回相談 鷺宮すこやか福祉センターの職員が、児童館の子育てひろばを月1回程度訪問します。
時間 11:00～12:00頃。



大和児童館 大和町 2-8-12 3330-3261
『わんぱくキッズ』火・金曜日 11:00～11:30
5月2日 こいのぼりを作ろう
5月19日 野上さんのママと子どものお体講座
6月23日 大和朗読の会 おはなし会
★子育て巡回相談 5月2日(火) 6月6日(火)

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
5月19日 おはなし会 大和朗読の会
6月9日 食育講座『わ!食!和食っていいね』
6月16日 大和朗読の会おはなし会と七夕折紙工作
★子育て巡回相談 5月10日(水) 6月14日(水)

若宮児童館 若宮 3-54-7 3330-7899
『みんなともだち』火～金曜日 11:30～11:45
4月28日・5月2日 子どもの日の工作
6月7日 11:00～11:30
食育講座『わ!食!和食っていいね』
★子育て巡回相談 5月23日(火) 6月21日(水)

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
5月18日 6月8日・22日 10:30～11:30 カフェ
5月23日 6月27日 音あそび広場
6月14日 11:15 食育講座『わ!食!和食っていいね』
★子育て巡回相談 5月31日(水) 6月21日(水)

西中野児童館 白鷺 3-15-5 3339-9826
『のびのびキッズ』水・金曜日 11:00～12:00
5月12日 ミニ運動会
6月2日 白鷺三丁目町会合同防災訓練
6月16日 幼稚園ママに聞いてみよう
★子育て巡回相談 5月17日(水) 6月14日(水)

かみさぎ児童館 上鷺宮 3-9-19 3998-0074
『ちびっこタイム』火～金曜日 11:30～12:00
6月29日 10:30～11:30「3B親子体操」
要事前申し込み、詳細は児童館まで
6月21日 11:00 食育講座『わ!食!和食っていいね』
★子育て巡回相談 5月16日(火) 6月13日(火)

キッズ・プラザ武蔵台 乳幼児親子の居場所開放



上鷺宮5-1-1 ☎3970-0440

毎週月曜日・火曜日 10:45～12:00

ご利用になるときは、新青梅街道の歩道橋の近くの、キッズ・プラザ武蔵台の通用門インターホンを押して入ってください。自転車置き場はありませんので、バギーか徒歩でお越しください。

鷺宮すこやか子育てひろば

児童館の休館日の月曜日に子育てひろばをおこなっています。遊びに来てください。

《会場》鷺宮すこやか福祉センター2階

《日時》月曜日 10:00～16:00(変更しました)

《ランチタイム》12:00～13:00

《身体測定》午前中 5月15日 6月19日

★6月12日 10:30～消防署講座『応急救護講座』

