

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

《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、12月29日~1月3日 はお休み)

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

◎11月10日(金) 10:00~12:00

- ・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。

- ◆会場 鷺宮すこやか福祉センター2階
- ◆対象 初めて出産をむかえる方 15名
- ◆申込み 11月7日(火)までに鷺宮すこやか福祉センターにお申し込みください。
- ◆電話 03(3336)7111



歯のはえはじめ教室~ビギナーズ~

◎11月14日(火) 1回目 10:00~10:45
(2回とも同じ内容です) 2回目 11:00~11:45

お子さんの仕上げ磨きのポイントとむし歯予防、大人のワンポイント歯磨きとむし歯菌チェックなど

- ◆会場 鷺宮すこやか福祉センター2階
- ◆対象 6~11ヶ月のお子さんと保護者 各15組
- ◆申込み 鷺宮すこやか福祉センターにお申し込みください。定員になり次第締め切ります。
- ◆電話 03(3336)7111

プレママおしゃべり会

◎11月13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 鷺宮すこやか福祉センター
- ◆電話 03(3336)7111



離乳食講習会

◎11月21日(火) ◎12月19日(火)

①、②とも13:30~15:30 初期・中期コース
赤ちゃんの発育やペースにあわせ楽しく離乳食を始めたいきましょう。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2階
- ◆対象 5~8ヶ月児と保護者 30組
- ◆申込み ①10月23日(月) ②11月20日(月)から鷺宮すこやか福祉センター
- ◆電話 03(3336)7111



ほっこり~の鷺宮

◎11月30日(木) 12月26日(火)
各回とも 13:00~14:45

・助産師や他のママと子育てや日々の思いをお話しましょう

- ◆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 12組
- ◆申込み 各回とも実施日の2週間前から鷺宮すこやか福祉センター
- ◆電話 03(3336)7111



鷺宮すこやか子育てひろば

児童館の休館日の月曜日に、遊びに来られるスペースを開いています。祝日はお休みです。

- ◆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
- ◆ランチタイム 12:00~13:00 会場で食事ができます
- ◆身体測定 10:00~12:00 11月20日と12月18日
- ◎12月25日 「お楽しみ会」 11:00~



鷺宮すこやか福祉センター 地域育児相談会(中野区在住のかた優先です)

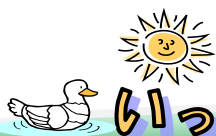
原先生の親子体操

- 日時 11月17日(金) 10:30~11:30
- 会場 大和児童館 ホール
- 講師 原 まり子(日本体育協会公認 エアロビック指導員 ジュニアスポーツ指導員)
- 対象 乳幼児親子約15組
- 申込み 10月31日(火)10時から大和児童館に来館または電話でお申し込みください。定員になり次第締め切ります。
- 電話 03(3330)3261

親子で楽しむジャズ体験!

- 日時 12月7日(木) 10:30~11:30
- 会場 大和西児童館 ホール
- 講師 笑顔盛りだく Happy music をお届けする音楽隊『とってんたん』
- 対象 乳幼児親子 定員なし
- 申込み 11月8日(水)10時から大和西児童館に来館または電話でお申し込みください。
- 電話 03(3330)5399





いってみようよ



児童館



平成 29 年度

☆児童館では下記のような『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、季節の行事を楽しんだりしています。詳細については、各児童館にお問い合わせください。

☆児童館の開館時間 火～金 10:00～18:00 土・学校休業日 9:00～17:00

※小学校の冬休み【12月26日(火)～1月6日(土)】の間は、児童館の開館時間が9時から17時になります。

また、月曜日、日曜日、祝日、12月29日(金)から1月3日(水)まではお休みです。

☆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



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

☆秋期は12月15日まで、冬期は1月10日から

11月30日(木) 歯磨きミニ講習会(11:15～)

12月15日(金) お楽しみ会(10:45～)

★子育て巡回相談 11月21日(火) 12月12日(火)

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

☆秋期終了12月15日(金)、冬期開始1月12日(金)

11月7日(火) 金藤さんのMam's Apple English

11月10日(金) 小澤さんの手作りおもちゃ

11月24日(金) 大和朗読の会のおはなし会

★子育て巡回相談 11月10日(金) 12月15日(金)

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

☆冬期スタートは1月10日(水)からです

11月10日(金) ママの手作りおもちゃであそぼう

12月15日(金) お楽しみ会 秋期終了

12月6・8・13日には、お子さんへのプレゼント作りをします。詳細は児童館へお問い合わせください。

★子育て巡回相談 11月8日(水) 12月8日(金)

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8日(水)10日(金)15日(水) リユースマーケット

11月17日(金) おはなし会(クリスマス折り紙工作)

11月24日(金)29日(水) 手形をとろう

12月13日(水) 歯磨きミニ講習会

12月15日(金) 冬のお楽しみ会

☆秋期終了12月20日(水)、冬期開始1月12日(金)

★子育て巡回相談 11月8日(水) 12月13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

11月9日(木) 12月7日(木) セルフメンテナンス

11月9日(木) 12月15日(金) カフェ 10:30～11:30

11月15日(水) 歯磨きミニ講習会

11月28日(火) 12月12日(火) 音あそび広場

★子育て巡回相談 11月22日(水) 12月13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

☆秋期は12月8日(金)まで。

11月中旬ごろ～おたのしみ会準備

内容決めやプレゼントづくりなど行います

12月8日(金) 10:30～11:45 おたのしみ会

※12月1日(金)は、みんなともだちルームの午前利用のみとなります。(午後からは、児童館行事「若宮フェスティバル」の前日準備となります。)

★子育て巡回相談 11月15日(水) 12月13日(水)



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。

☆秋期は12月19日(火)まで、冬期は1月9日(火)からはじまります。

鷺宮すこやか子育てひろばの案内はウラ面にあります

