

平成30年

3・4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、休日、年末年始はお休み)

プレママおしゃべり会



- ◆日時 3月5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



妊婦さんの歯っぴいお食事講座

- ◆日時 3月9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)
- ◆妊婦さん同士の情報交換など
- ◆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 3月6日(火)までに 鷺宮すこやか福祉センター
- ◆電話 03(3336)7111



ほっこり~の鷺宮

- ◆日時 3月27日(火) 13:00~14:45
4月26日(木) 13:30~15:15の予定
- ◆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 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

- ◆日時 4月20日(金) 13:30~15:30の予定
(後期 9か月~12か月) 定員25組
- ◆赤ちゃんの発育やペースにあわせ楽しく離乳食をすすめましょう。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
- ◆申込み 3月20日(火)から 鷺宮すこやか福祉センター
- ◆電話 03(3336)7111



地域育児相談会
 中野区在住の方優先です

親子で楽しむ 人形劇とうた遊び

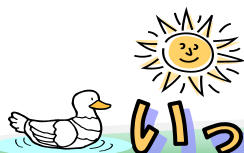


- ◆日時 3月5日(月) 11:00~11:30
- ◆講師 保育と人形の会
- ◆会場 鷺宮すこやか福祉センター2階
- ◆対象 乳幼児親子
- ◆申込み 必要ありません。当日会場に直接いらしてください。
- ◆問合せ先 鷺宮すこやか福祉センター 03(3336)7111

片づけは 親子の コミュニケーション



- ◆日時 3月27日(火) 10:30~12:00
- ◆講師 丸山 郁美氏(ホームオーガナイザー)
- ◆会場 鷺宮すこやか福祉センター2階
- ◆対象 子育て中の方 約30名
7か月未満のお子さんはおひざで一緒にお聞きください。
- ◆一時保育 7か月以上のお子さん 20名
- ◆申込み 3月2日(金)から鷺宮すこやか福祉センター
- ◆電話 03(3336)7111



☆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

※小学校の春休みの関係で3月27日(火)から4月5日(木)まで、開館時間が9:00から17:00になります。また、月曜日、日曜日、祝日はお休みです。

☆児童館には乳幼児親子がゆっくり過ごせる専用のスペースがあります。

(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

3月2日(金)、6日(火)「手形・足型をとろう」

9日(金)「大和朗読の会のおはなし会」

☆冬期は13日(火)で終了。

新年度は、4月17日(火)からスタートします。

★子育て巡回相談 3月2日(金)

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

体操や絵本、紙芝居、スキンシップ遊びなどみんなで一緒に楽しく遊びましょう。

3月9日(金) 11:00～ おたのしみ会

☆冬期は、3月9日(金)でおしまいになります。

平成30年度春期 みんなともだちは、4月20日(金)から始まります。

★子育て巡回相談 3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

3月16日(金) お楽しみ会

☆この日で、冬期は終了です。

新年度は4月12日(木)から始まります。

★子育て巡回相談 3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。

☆冬季は3月13日(火)までです。新年度は4月16日(月)から始まる予定です。

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

手遊び、うた遊び、体操、季節行事などをして、親子でいっぱいあそびましょう。

☆平成29年度の『のびのびキッズ』は、3月9日金曜日までです。

平成30年度の『のびのびキッズ』は、4月11日水曜日から始まります。

★子育て巡回相談 3月2日(金)



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

3月8日(木) セルフメンテナンス

3月13日(火) 音あそび広場

3月16日(金) お楽しみ会 11:00～11:30
お弁当会・カフェ 11:30～12:00

☆冬期終了3月16日(金)、新年度開始4月18日(水)

★子育て巡回相談 3月14日(水)

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

☆今年度は3月16日(金)で終了になります。

新年度は4月18日(水)からスタート、

詳しくは4月大和西児童館のおたよりをご覧ください。

◎乳幼児親子専用ルームの「ひよこルーム」はいつでもご利用になれます。どうぞご利用ください。

★子育て巡回相談 3月14日(水)

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 3月19日と4月16日

◎3月12日「ママのためのミニ栄養講座」11:00～12:00
離乳食や幼児食の質問もできます。

