



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
saginomiyasukoyaka@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5:00
 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)

※新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、実施方法の変更や中止の場合があります。変更等の情報は中野区のホームページに随時掲載いたしますので、ご確認ください。

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・各回同じ内容です)

◎初期・中期コース(5~8か月児)

10月16日・11月20日・12月18日(全て金曜日)

◆各回ともに2部制

第1回 13:15~14:15

第2回 14:40~15:40

◆対象 各回先着10組

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター

◆申込み 講習会実施2週間前~(土・日・祝日を除く)
 鷺宮すこやか福祉センター03(3336)7111



歯っぴいお食事講座

妊娠期からの食事のポイントや離乳食にも応用できるレシピや口腔ケアについてお話しします。

◎11月13日(金) ※各回同じ内容です

第1回 13:15~14:15

第2回 14:40~15:40

◆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中野区にお住まい方で各回先着6名程度

◆申込み 10月21日(水)~
 鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111



子どもの考える力を伸ばし、子育てが楽になる

子育てワークショップ

3才からの親の声かけのコツ

~『考える力』と『思いやりの心』を育てる~

◎11月7日(土)

◆時間 10:00~11:30

◆講師 飯田 伸氏 山崎 詔子氏
 (親業訓練インストラクター)

◆定員 10名(先着順 お子さん同伴可)

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター

◆申し込み 10月6日(火)~11月5日(木)
 下記のアドレスに直接Eメールでお申し込みください。
 おやぎょう中野 E-mail: oyagyoy.nakano@gmail.com
 担当: 飯田

ウェルカム!! はじめてママ

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。体重測定やベビーマッサージ等のミニプログラムもあります。

◎10月27日(火)(10月13日より受付)

◎11月10日(火)(10月28日より受付)

◆対象 初めて子育てをするママと
 4ヶ月以下の赤ちゃん

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター

◆時間 13:30~15:15

◆定員 各回8組

◆申込み 鷺宮すこやか福祉センター
 03(3336)7111



地域育児相談会

野口さんの親子体操

◎10月8日(木) 10:30~11:30

◆講師 野口 栄子氏
 (マタニティアフタービクスインストラクター)

◆会場 西中野児童館 1階遊戯室

◆対象 乳幼児親子15組(区民の方優先)

◆申込み先 西中野児童館 03(3339)9826

◆申込期間 9月16日(水)10:00~
 電話または児童館に直接来館にて受付

地域育児相談会

乳幼児期の子どもの病気

乳幼児期にかかりやすい病気について学びます。

◎11月26日(木) 10:30~11:30

◆講師 由良明彦氏 (美穂診療所 小児科医師)

◆会場 かみさぎ児童館

◆対象 乳幼児親子 15組

区内在住の方 11月 4日(水) 11:00より受付開始。
 区外在住の方 11月 17日(火) 11:00から受付開始。
 定員になり次第締め切ります。

◆申込み・お問い合わせは、かみさぎ児童館まで
 かみさぎ児童館 03(3998)0074



いってみようよ



児童館



※各児童館の情報は中野区のホームページ・各児童館のおたよりに随時掲載いたしますので、ご確認ください。

児童館の子育て仲間づくり支援事業

若宮児童館 若宮 3-54-7 ☎3330-7899

『みんなともだち』

水・金曜日 11:00~11:30

秋期は9月16日(水)から12月18日(金)です。

10月9日(金)運動会ごっこ 11:00~11:45

10月23日(金)・28日(水)ハロウィングッズづくり

10月30日(金)ハロウィンごっこ



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

※10月1日(木)学校休業日の為ちびっこタイムはお休みします。

10月9日(金)運動会あそび

10月30日・11月27日(金)お誕生日会

10月16日(金)・28日(水)くまちゃんタイム

11月11日(水)・27日(金)地域の方の絵本の読み聞かせ

※11月12日(木) 11:00~12:30

『子育て家庭と区長のタウンミーティング』を実施します。この日のちびっこタイムはお休みします。

大和児童館 大和町 2-8-12 ☎3330-3261

『わんぱくキッズ』

火~金曜日 11:30~11:50の間に実施しています。

体操や手遊びをみんなで楽しみましょう

10月6日(火)「水道キャラバン」11:00~11:30

10月23日(金)&11月27日(金)「おはなし会」

大和朗読の会による読みきかせです。11:30~

西中野児童館 白鷺 3-15-5 ☎3339-9826

『のびのびBABY・キッズ』

水・金曜日 11:00~12:00

スキンシップ遊び、体操、ペープサートなど、みんなで楽しく遊んでいます。

※詳細については児童館へお問い合わせください。

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

体操や手遊び、パネルシアター、ペープサートなど行っています。

10月9日(金) 11:00~11:30

食育講習会「災害時の食事のポイントについて」

(鷺宮すこやか地域センターの栄養士が来ます。)

10月27日・11月17日(火) 11:30~11:45

音あそび広場(協力:小針さん、金子さん)

大和西児童館 大和町 4-14-9 ☎3330-5399

『ポヨヨン・キッズ』

火~金曜日 11:20~11:40

体操・手遊びなど、みんなで楽しみましょう。

10月21日(水) 食育講習会 11:00~11:35

※予定は変更になることがあります。詳細については、児童館おたより、ホームページをご覧ください。

キッズ・フラザ武蔵台 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 10:15~12:00

1階の活動室に乳幼児用おもちゃを出して居場所の開放をしています。自転車では来られません。ベビーカーか徒歩でお越しください。新青梅街道歩道橋近くのキッズ門でインターホンを押してお入りください。

鷺宮すこやか子育てひろば

月曜日 10:00~12:00 13:30~16:00

- 37.5℃以上の発熱、咳等の症状がある場合はご利用いただけません。
- ご利用前に検温をお願いいたします。 • 保護者の方はマスクをお願いします。
- ランチタイムを中止します。
- 予定していた身体測定は実施いたしません。
- 赤ちゃん用のラグは設置しません。必要な方はバスタオルをお持ちください。
- 室内の密集を避けるために利用人数を10組程度とし、利用時間を1時間程度とする場合がありますのでご了承ください。