

# つくば市子育て総合支援センター

つくば市流星台61番地1 ☎029-857-9037 <http://tsukubakosodate.jp/>

\*ナビでお越しの際は、金田(こんだ)1979番地で検索してください。

けやき広場開放 月曜日-土曜日 9:00-16:00 (日曜・祝日はお休みです。)

つくば市在住の乳幼児と保護者の方がご利用できます。(つくば市に実家がある方は、利用できます。)



2023

☆のイベントは予約が必要です。

12月20日よりホームページからお申し込みください。

(イベントに参加の方は、けやき広場の利用はご遠慮いただいています。)



月	火	水	木	金	土
<b>年末年始のご案内</b> <b>12月29日~1月3日は、お休み</b> <b>2023年1月4日より開館します。</b>		<b>4</b> ○出張子育て広場 北条保育所 10:00-11:40	<b>5</b>	<b>6</b> プレママ集まれ ふれあい遊び 11:00-11:30	<b>7</b> パパと楽しく体操 11:00-11:10
<b>9</b> <b>成人の日</b>  <b>お休み</b>	<b>10</b> 大きくなったかな? 10:00-10:45 14:00-15:00	<b>11</b> ○出張子育て広場 北条保育所 10:00-11:40  避難訓練	<b>12</b> ○出張子育て広場 荃崎交流センター 10:00-11:40  ☆骨盤トレーニング 10:00-10:30	<b>13</b> 読み聞かせ 10:30-11:00  ふれあい遊び 15:30-16:00	<b>14</b> パネルシアター (ふあぶあ) 10:30-11:00  パパと楽しく体操 11:00-11:10
<b>16</b> ☆パネルシアター (かくれんぼ) 11:00-11:30  ☆ベビーマッサージ& 子守唄 14:00-15:00	<b>17</b> ○出張子育て広場 春日交流センター 10:00-11:40 (ネット予約)  うたとピアノの おはなし会 10:30-11:00 (けやき広場で開催) (予約不要)	<b>18</b> ○出張子育て広場 北条保育所 10:00-11:40  ☆親子でHello! 10:30-11:15  ☆百日祝い撮影会 14:00-15:00	<b>19</b> ☆骨盤調整ヨガ 10:30-11:30  歯科医に相談 (三代デンタルC) 14:00-14:30 (予約不要)	<b>20</b> ☆まん丸頭になる! 頭のマッサージ 10:00-11:00  ふれあい遊び 15:30-16:00	<b>21</b> パパと作ろう 10:00-10:45 パパと楽しく体操 11:00-11:10  ☆パパの ベビーマッサージ 14:00-15:00
<b>23</b> ☆ハーフパースデー 撮影会 14:00-15:00	<b>24</b> 利用者懇談会 10:00-11:30	<b>25</b> ○出張子育て広場 北条保育所 10:00-11:40  作って遊ぼう 10:00-10:45 14:00-15:00  発達相談(要予約)	<b>26</b> ○出張子育て広場 荃崎交流センター 10:00-11:40  ☆親子で遊ぼう (2歳以上) 10:00-11:00	<b>27</b> ☆簡単おやつ (レシピ紹介) 10:00-10:30  ふれあい遊び 11:00-11:30	<b>28</b> パパと遊ぼう パパと楽しく体操 11:00-11:30
<b>30</b> ☆子育てママ集まれ (0歳児) 10:00-11:30	<b>31</b> ○出張子育て広場 春日交流センター 10:00-11:40 (ネット予約)  ☆誕生会 10:30-11:00	<p style="text-align: center;"> <b>うたとピアノのおはなし会</b>                      (けやき広場(予約不要))  <b>1月17日(火)10:30-11:00</b>                      歌:inemuriのゆか ピアノ:生方 幸子                 </p>			

## 12月20日（火）よりホームページから予約を受け付けます。

- \* つくば市に住民票がある親子様が対象です。（当日イベントを欠席される方は、電話でご連絡ください。）
  - \* イベントにご参加の方は、イベント開始5分前を目安にお越しください。
- また、けやき広場のご利用はご遠慮いただいています。

新型コロナウイルスの感染拡大により、イベントが中止となる場合もあります。ご予約をいただいた方には、ご連絡をいたしますので当センターの電話番号の登録をお願いいたします。

子育て総合支援センターTEL029-857-9037

### 骨盤トレーニング 8名

1月12日(木)10:00-10:30(多目的室)

講師:しらい接骨院スタッフ

持ち物:ヨガマット・バスタオル

トレーナーが体に触れることもあります。

### まん丸頭になる！赤ちゃんの頭のマッサージ 16組

1月20日(金)10:00-11:00(多目的室)

講師:高任 良知(理学療法士)

対象:0歳~2歳程度

### パネルシアター かくれんぼ 16組

1月16日(月)11:00-11:30(多目的室)

0歳のお子様も音楽やお話で楽しめます。

### ハーフバースデー撮影会 10組 100円(カード付)

1月23日(月)14:00-15:00(多目的室)

対象:1月に6ヶ月になるお子様

足型スタンプをします。

持ち物:撮影用の衣装・カメラ等

### ベビーマッサージ&子守唄 200円(多目的室)

講師:センタースタッフ

対象:3ヶ月から6ヶ月程度(安全の為首が座ってから)

授乳はマッサージ開始30分前に済ませてください

持ち物:バスタオル・水分

1月16日(月)14:00-15:00 5組

1月21日(土)14:00-15:00 4組(パパの)

\* 初めてさん優先

### 親子で遊ぼう(2歳以上) 10組 100円

1月26日(木)10:00-11:00(多目的室)

コットン雪だるまを作ろう!!

綿を使ってふわふわの雪だるまを作ります。

### 親子でHello! 8組

1月18日(水)10:30-11:15(多目的室)

対象:2歳以上

講師:澤田 優(ECCつくばみなみ教室)

### 簡単おやつ 10名

1月27日(金)10:00-10:30(多目的室)

講師:食生活改善推進員

お家で手軽にできるレシピの紹介です。

(調理・試食はありません。)

### 百日祝い撮影会 8組 100円

1月18日(水)14:00-15:00(多目的室)

対象:3ヶ月程度

持ち物:撮影用の衣装・カメラ等

様子はインスタグラムで確認できます。

### 子育てママ集まれ(0歳児) 10組

1月30日(月)10:00-11:30(多目的室)

対象:0歳のお子様を育児中の保護者

持ち物:抱っこ紐

### 骨盤調整ヨガ 500円 10組

講師:柳澤 留美先生

1月19日(木)10:30-11:30(多目的室)

持ち物:ヨガマット(貸し出しはありません)、水分、

手ぬぐいかタオル

お子様はご自分でみてください。

### 誕生会(1月生まれ) 10組 100円(カード付)

1月31日(火)10:30-11:00(多目的室)

バースデーボードの前で記念撮影しましょう。



けやき広場で楽しめます(予約不要)



### ふれあい遊び 毎週金曜日

11:00-11:30 or 15:30-16:00

パネルシアターや大型絵本の読み聞かせ、手遊びやリトミックをします。\*0歳のお子様も楽しめます。

### 鬼の豆入れをつくろう! \*なくなり次第終了です。

牛乳パックを利用して鬼の豆入れを作ります。

### パパと作ろう

1月21日(土)10:00-10:45

### 作って遊ぼう

1月25日(水)10:00-10:45/14:00-15:00

### ラジオ体操・リズム体操 毎日11:00~

リズム体操は、ハッピージャムジャムです。

手遊びは、ラーメンです。