



月	火	水	木	金	土	日
<p>「出張子育て広場」※「お休みの日」はカレンダーの中に記載</p>	<p>◆春日交流センター出張 10:00-11:40 子育て総合支援センター担当</p>	<p>◆市民ホールやたべ出張 10:00-11:30 おとなり(4日、18日) &amp; すぎのこクラブ(11日、25日)担当</p>	<p>◆春日交流センター出張 10:00-11:40 子育て総合支援センター担当 ◆大穂交流センター出張 10:00-11:30 チェリークラブ(5日、19日) &amp; こどもの森広場(12日、26日)担当</p>	<p>◆二の宮交流センター出張 10:00-11:30 かつらぎクラブ(6日、20日) &amp; おひさまクラブ(13日、27日)担当 ◆つくば市市民研修センター出張 10:00-11:40 子育て総合支援センター担当</p>		1
2	3	4	5	6	7	8
<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ゆーみんのヨガ(10:30-11:45) ◆こじゆけい 10:00-12:00 東児童館 ◆コロボックル「0歳からの外あそび」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆茨城 YMCA こひつじクラブ「マラカスを作ろう」 10:45-11:45 茨城 YMCA ホール</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘 10/2 ◆はぐはぐ・おしゃべりサロン special 「キラキラ☆ママ倶楽部」 10:00-11:00 つくばカピオ 要申込・有料 [詳細裏面]</p>	<p>◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター ◆ボードゲームの広場 15:00-17:00 春日交流センター 初回無料、要申込</p>	<p>◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 リトミックで遊ぼう♪(11:00-12:00) [詳細裏面] ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘</p>	<p>◆グループ・スイミー「読み聞かせ」 11:00-11:30 並木児童館図書室 ◆子育て交流サークル ベビーの輪ひろば 10:00-13:00 並木交流センター和室 内容等[問] ◆ゆーみんのヨガ「子連れ de ヨガ」 10:45-12:00 ララガーデン1階コミュニティルーム 参加費等[問] [申込み] <a href="https://ws.formzu.net/fgen/S22564324/">https://ws.formzu.net/fgen/S22564324/</a> [詳細 HP] <a href="https://www.instagram.com/yuumin.me/">https://www.instagram.com/yuumin.me/</a></p>	<p>◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 荻崎おはなし会 ◆つくば遊ぼう広場の会「遊ぼう広場」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆茨城 YMCA こひつじクラブ「YMCA 幼保園運動会」 10:00 北向公園 (2日に作ったマラカス持参) 雨天時:9日(月)</p> 	
9 体育の日	10	11	12	13	14	15
<p>10/10 ◆AsMama「たくじあい YOGA」 13:00-14:30 ララガーデン1階コミュニティルーム 参加費等[問] [要申込] <a href="https://kosodate-share.asmama.jp/event/s/5310">https://kosodate-share.asmama.jp/event/s/5310</a> [詳細 HP]</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 10/11 ◆まめの木文庫「まめちゅクラブ」 10:00-11:00 過ぎ まめの木文庫 (1,2歳児対象)、要申込</p>	<p>◆つくば自然育児の会 10月例会 「わざわざ作る離乳食はいらない」 10:00-12:00 ゆかりの森宿舎ホール 要申込[詳細裏面] ◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター ◆ボードゲームの広場 15:00-17:00 春日交流センター 初回無料、要申込</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘 ◆はぐはぐ・おしゃべりサロン 10:00-11:15 助産院ら・く [詳細裏面]</p>	<p>◆子育て交流サークル ベビーの輪ひろば 10:00-13:00 並木交流センター和室 内容等[問] ◆おもちゃライブラリー「さくらんぼ」 10:00-12:00 13:00-16:00 老人福祉センターとよさと おもちゃ病院(おもちゃ修理)も開催 ◆パネルシアター「ゆめぼっぼ」読み聞かせ 11:00-11:30 並木児童館</p>	<p>◆まめの木文庫 「子どものためのおはなし会」 10:00-3歳/10:30-4歳~小2/ 11:15-小3~中学生 まめの木文庫 ◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 おはなしの泉 10/13 コロボックル「秋の体験会」 10:30-13:00 豊里ゆかりの森 要申込 詳細は HP</p>	<p>◆中央図書館「おはなしぶんぶん」 赤ちゃん向け 10:30-10:50 中央図書館</p>
16	17	18	19	20	21	22
<p>◆こじゆけい 10:00-12:00 東児童館 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆コロボックル「0歳からの外あそび」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆土浦友の会「子育てママのグループ」 「読書:鷹揚な態度 おさなごを発見せよ」 10:00-12:30 土浦友の家、要申込、詳細 HP</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 10/16 ◆茨城 YMCA こひつじクラブ「運動会ごっこをしよう」 10:45-11:45 北向公園 雨天:YMCAホール 10/16 ◆はぐはぐ・おしゃべりサロン special「キラキラ☆ママ倶楽部」 10:00-11:00 つくばカピオ (要申込・有料) [詳細裏面]</p>	<p>◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター ◆ボードゲームの広場 15:00-17:00 春日交流センター 初回無料、要申込</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 避難訓練・消防車がくるよ! (11:00-12:00) ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘 ◆中央図書館「おはなしぶんぶん」 10:30-10:50 中央図書館 赤ちゃん向け</p>	<p>◆グループ・スイミー「読み聞かせ」 11:00-11:30 並木児童館図書室 ◆子育て交流サークル ベビーの輪ひろば 10:00-13:00 並木交流センター和室 内容等[問] 10/19 ◆コロボックル「秋の体験会」 10:30-13:00 豊里ゆかりの森 要申込 詳細は HP</p>	<p>◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 おはなしまつぽっくり ◆つくば遊ぼう広場の会「遊ぼう広場」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆えほんや なずな 11:30-16:30 ぶつくぶっこうかん(無料) 14:00-15:00 なずなのお話会(無料) 19:00-20:30 大人のためのお話会(参加費500円 要申込) えほんやなずな</p>	<p>◆ままとーん「ぱぱとーん企画」 「パパが提案、AI時代を生き抜く子育て」 10:00-12:00 つくば市ふれあいプラザ 要申込 [詳細裏面]</p>
23	24	25	26	27	28	29
<p>◆こじゆけい 10:00-12:00 東児童館 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆てしるぎくまさんひろば 10:00-12:00 手代木南児童館図書室 ◆おひさま Kids わらべうた 10:30- 並木交流センター和室 ◆茨城 YMCA こひつじクラブ「ふれあい遊び」 10:45-11:45 YMCAホール ◆コロボックル「0歳からの外あそび」 10:00-14:00 ゴンタの丘</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆NPO 子連れスタイル推進協会 「子育てカフェ OTONA∞EN」 カレンダーを作ろう♪ 10:30-11:30 LALA ガーデン 2F モーハウスショップ [詳細裏面] 10/26 ◆はぐはぐ・おしゃべりサロン 「40代以上の妊婦さん・ママ集まれ」 10:00-11:15 助産院ら・く [詳細裏面]</p>	<p>◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター ◆ボードゲームの広場 15:00-17:00 春日交流センター 初回無料、要申込</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘 ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター ◆えほんや なずな 「本の修繕ワークショップ」 10:30-12:00 えほんやなずな 傷んだり破れた本を持参 参加費(材料費)300円 要申込</p>	<p>◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘 ◆グループ・スイミー「読み聞かせ」 11:00-11:30 並木児童館図書室 ◆きりん Café 10:00-11:30 フラワーチャイルド保育園 先着3~5組 要予約(3日前まで) Tel 029-864-6464 Fax 029-864-6454 ◆子育て交流サークル ベビーの輪ひろば 10:00-13:00 並木交流センター和室 内容等[問]</p>	<p>◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 おはなしの森 ◆えほんや なずな「絵本で子育て講座」 10:30-12:00 わらべ歌と絵本 14:00-15:00 (再)ももたろうまつり えほんやなずな 参加費1,000円 要申込</p>	<p>◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 筑波大学ストーリーテリング研究会</p>
30	31	<p>問合せ先: 定期的に行われているものについては、場所・連絡先など、裏面の基本情報をご覧ください！ [問]の表示のある催しについては、参加費等お問い合わせ下さい！</p> <p>「かるがも・ねっと」は・・・ つくば市で子育て支援に関わる活動をしている様々な機関・団体・グループ・ボランティアのネットワークです。 筑波大学共生教育学(教育社会学)研究室と連携して活動しています。</p> 				
<p>◆こじゆけい 10:00-12:00 東児童館 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆茨城 YMCA こひつじクラブ「ハロウィン」 10:45-11:45 北向公園 雨天:YMCAホール ◆コロボックル「0歳からの外あそび」 10:00-14:00 ゴンタの丘</p>	<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 大人と子どものスキンケア講座 (11:00-12:00) ままとーん事務所 [詳細裏面]</p> 					

# サークル・団体からの情報

## 今月のピックアップイベント

※ご紹介するイベントが有料の場合もあります。詳しくは直接、お問い合わせください。

### ■ままとーん

◇「ばばとーん企画 パパが提案、AI時代を生き抜く子育て」  
元 SE で人材営業経験もあり、キャリア支援に携わるばばとーんスタッフが、AI 時代の到来で何がかわるか、子育てに必要な視点について熱く語ります。子連れ OK、プレパパ、夫婦での参加も歓迎です。

【日時】10月22日(日)10:00~12:00

【場所】つくば市ふれあいプラザ

参加費無料、要申込(ままとーん HP より)

### ◇「ままとーん つどいの広場」プチイベント

※場所は、いずれも、ままとーん事務所。  
※この他のイベントはままとーん HP をご覧ください。

#### \*『リトミックで遊ぼう♪』

【日時】10月5日(木)11:00~12:00

親子で一緒に音楽を感じて楽しく身体を動かして遊びます♪たくさんスキンシップをして楽しい時間を過ごしましょう。

【講師】菅原泰子先生

#### \*『大人と子どものスキンケア講座』

【日時】10月31日(火)11:00~12:00

大人の正しいスキンケア、子どもの肌トラブル、アトピー、アレルギー対策のスキンケアのお話をしてくれます。

【講師】ナリスビューティーアドバイザー

### ■つくば自然育児の会 10月例会「わざわざ作る離乳食はいらない！楽ちん母乳育児のお話」

せっかく準備した離乳食を食べてくれなかったり、たくさん情報やルールに悩んでいませんか？基本的な母乳育児のお話も交えながら、冬を元気に過ごすコツ、母乳育児における離乳食のポイントなどをお話していただきます。

【日時】10月11日(水)10:00~12:00

【場所】ゆかりの森 宿舎ホール

【講師】助産師・小山自然育児相談所所長・日本母子ケア研究会会長 伊東厚子先生

【申込】3日前まで(見学料 500円)

【問合せ・申込】つくば自然育児の会

tsukubamothering@gmail.com(島崎)

### ■NPO 子連れスタイル推進協会「子育てカフェ OTONA∞EN(おとなえん)」

ママや子育て中の方々がちょっと立寄りリフレッシュできるイベントを毎月第4火曜日に開催します。先着10組程度、申込不要、参加費無料です！。子育てあるある話やコレどうしてる？といったちょっとした疑問や不安も解決できますよ。

<イベント>毎月開催！世界に1つだけの「カレンダー」を作ろう♪ ママも映っている写真を持ってきてね！

※当日撮影もできます。



【日時】10月24日(火)10:30~11:30  
【場所】LALA ガーデンつくば2F モーハウスショップ  
【対象】プレママパパ、子育て中の方などでも  
【問合せ】rakufam@gmail.com

### ■はぐはぐ

#### ◇おしゃべりサロン(申込不要)

予約不要、出入り自由の気楽なおしゃべりの場です。妊婦さん~1歳0カ月くらいまでのお子さんのいる方が対象です。飲食可・持ち込み自由。手形・足形などの体験(要申込・参加費あり)や体重計測も可能です。

★おしゃべりカフェも営業します。

【日時】10月12日(木)10:00~11:15

【場所】助産院ら・くな(つくば市松代4丁目10-12)

#### ◇おしゃべりサロン special

##### \*「40代以上の妊婦さん・ママ集まれ♪」

年齢にまつわること、心配事など、若いママたちとは腹を割って話せないわ！と言う皆さん、集まって話しませんか？40代子育て中のママ・マママスタッフがお待ちしています！

★おしゃべりカフェも営業します。

【日時】10月26日(木)10:00~11:15

【参加費】無料(要申込)

【場所】助産院ら・くな(つくば市松代4丁目10-12)

【対象】妊婦さん or 1歳までの赤ちゃん連れのママ (先着10組)

【問合せ・申込】kosodate.hughug@gmail.com

「10月26日参加希望」と明記のこと。

##### \*「キラキラママ倶楽部」

職場復帰が決まっている、もしくは、そろそろ仕事してみようかな？と考えているママのための講座です。復帰予定がなくても、日々の子どもの生活を効率よく過ごしたいとお考えの方は、ぜひご参加ください！(3回連続講座です。第1回は9月に終了しましたが、第2回・第3回の単発参加も可能です。)

【日時】10月2日(月)、16日(月)10:00~11:00

【内容】第2回:料理について、第3回:収納について

【参加費】800円(要申込/別途託児あり1人500円)

【場所】つくばカピオ 小会議室3

【対象】妊娠中、子育て中のママ(先着15名)

【申込み・問合せ】kosodate.hughug@gmail.com

「キラキラママ参加希望」と明記のこと。

## 基本情報(主な活動場所・連絡先/50音順)

※開催しない週や時間や場所の変更もありますので、カレンダーで確認、または、お問い合わせください。  
※時間内、出入り自由なところもたくさんあります。お気軽にお立ち寄りください。

### ■遊ぼう広場

さくら運動公園内 子育て冒険広場「ゴントの丘」\*雨天中止 昼食可 Tel.855-4803 [検索](#) 「つくば遊ぼう広場の会」

### ■茨城YMCA親子であそぼう(こひつじクラブ)

東新井 24-7 Tel.852-4128 <http://www.ibarakiyymca.org>

### ■えほんや なずな

竹園 2-4-10 村田ビル 105 火・木・土曜 11時~18時 金曜 13時~18時 298ehonya.nazuna@gmail.com facebook と twitter あり。

### ■おひさま Kids

並木交流センターなど Tel.080-5434-8100

### ■おもちゃライブラリー さくらんぼ

老人福祉センターとよさと Tel.847-0231 [検索](#) 「おもちゃライブラリー つくば」

### ■きりん Cafe

フラワーチャイルド保育園 Tel.864-6464

### ■こじゆけい

東児童館 Tel.851-4801

### ■子育て休憩室

吾妻交流センター Tel.851-5263(ホシノ)

### ■子育てほっとステーション・オアシス

並木交流センター Tel.851-5263(ホシノ)

### ■子連れスタイル推進協会 子育てカフェ OTONA∞EN

LALA ガーデンつくば2F モーハウスショップ rakufam@gmail.com

### ■ゴンタで遊ぼう

さくら運動公園内 子育て冒険広場「ゴンタの丘」\*雨天中止 昼食可 外遊びのサークル持ち回りで不定期に一般開放。子育て広場 Tel.851-2617

### ■0歳からの外あそび

さくら運動公園内 子育て冒険広場「ゴンタの丘」\*雨天中止 昼食可 Tel.857-7949 [検索](#) 「自主保育コロボックル」

### ■中央図書館「おはなし会」

お話会グループが持ち回りで担当 Tel.856-4311

[検索](#) 「中央図書館 おはなし会 つくば」

### ■つくば子ども劇場

・劇などは企画により場所が異なります Tel.029-852-9134(月-金、10-15時) Facebookページあり

### ■つくば自然育児の会

月によって曜日・場所が異なります 見学は3日前までの申込み。見学料が必要な場合あり。 tsukubamothering@gmail.com(島崎)

[検索](#) 「つくば自然育児の会」 Facebookページもあり

### ■土浦友の会「子育てママグループの集まり」

土浦友の家(土浦市中村南 3-2-17 \*ジョイフル本田カーテン館そば) kosodatetsuchiura@gmail.com Tel & fax 029-842-2242

[検索](#) 「土浦友の会」 HP

### ■てしろぎ くまさんひろば

手代木南児童館 Tel.852-0670

### ■はぐはぐ・おしゃべりサロン

助産院ら・くな(つくば市松代) 昼食可 Tel.856-6658 kosodate.hughug@gmail.com [検索](#) 「kosodate はぐはぐ」 Facebook ページもあり

### ■ベビーの輪ひろば

並木交流センター Tel.080-3396-4073 tsukuba.babynowa@gmail.com

[検索](#) 「ベビーの輪ひろば」

### ■ボードゲームの広場

春日交流センター Tel.029-852-9304 kurahsy@gmail.com [検索](#) 「つくばボードゲーム愛好会」 Facebookページあり



### ■まめの木文庫

赤塚トーホーランド Tel.838-2252 mamenokibunko@yahoo.co.jp

・絵本とおはなし会 (3歳/幼児~中学生)  
・まめつちよクラブ (1・2歳)

### ■ままとーん「つどいの広場」

ままとーん事務所(つくば市館野 604-3) 昼食可 Tel.838-5080 [検索](#) 「ままとーん」 Facebook ページもあり

## ■ つくば子育て支援拠点 ■

### ●市内には8カ所の子育て支援拠点があります。

子育て支援拠点では、子育て親子が自由に遊べるスペースがあります。他のママやパパとお話したり、スタッフに育児のいろいろな相談をすることもできます。

- ・つくば子育て総合支援センター(金田:Tel.857-9037)
- ・かつらぎクラブ(西大橋:かつらぎ保育園:Tel.080-8740-1988)
- ・チェリークラブ(上野:さくら学園保育園:Tel.(直)863-0054)
- ・ままとーん つどいの広場(館野:NPO法人ままとーん:Tel.838-5080)
- ・こどもの森広場(沼崎:つくばこどもの森保育園:Tel.875-4539)
- ・すぎのクラブ(下河原崎:島名杉の子保育園:Tel.847-6185)
- ・おひさまクラブ(高崎:認定こども園みのり:Tel.830-7455)
- ・わかば保育園子育て支援おとなり(みどりの駅前:Tel.895-2970)

※当カレンダー(表面)では、上記子育て支援拠点が行う「出張ひろば」と、ままとーん つどいの広場に関する情報を掲載しています。各子育て支援拠点では、この他にも多数のイベントや講座を実施しています。詳しくは、各拠点HP等をご覧ください。[検索](#) つくば子育て支援拠点

## カレンダーの配布場所について

市内の児童館、地域交流センター、保健センター、市民活動センター、市役所のほか、以下の医院などに置いています。  
**配布協力医院のご紹介(50音順)**

- ・あおきこどもクリニック(研究学園 C42 街区-10/Tel.886-3315)
- ・江原こどもクリニック (谷田部 776/Tel.838-0050)
- ・清水こどもクリニック(東 2-31-8 巴ビル Part2.1F/Tel.860-2525)
- ・庄司クリニック (中野 158-1/Tel.836-0405)
- ・つくばキッズクリニック(島名 2610-1/Tel.836-2825)
- ・なないろレディースクリニック (西大沼 637-6/Tel.860-7716)
- ・この宮越智クリニック (松野木 187-3/Tel.855-6688)
- ・ヒルトップクリニック (佐 1004/Tel.877-3130)
- ・前島レディースクリニック (松代 4-10-12/Tel.859-0726)

※カレンダーのメール配信ご希望の方は、お名前とアドレスを下記宛にお知らせください。(携帯メールは除く)  
E-mail: karugamo\_net@yahoo.co.jp  
※「かるがも・ねっと」のホームページからダウンロードできます。



「かるがも・ねっと」HP QRコード  
※情報掲載を希望される方は、前月の10日までにかるがも・ねっと宛にFAX(029-853-4599)又はメール(上記)にてご連絡ください。

10月号編集担当:ニツ森・野島