

2019年 つくば子育てカレンダー 1月号



この「カレンダー」は子育て中のみなさんが気軽に出かけられる活動を中心に紹介しています。

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>★8日、15日、22日、29日 子育て総合支援センター出張 10:00-11:40 春日交流センター</p>	<p>★16日、30日 おとなり出張 ★9日、23日 すぎのこクラブ出張 10:00-11:30 市民ホールやたべ</p>	<p>★10日、17日、24日、31日 子育て総合支援センター出張 10:00-11:30 筑波銀行副都心 2F ★17日、31日 チェリークラブ出張 ★10日、24日 こどもの森広場出張 10:00-11:30 大穂交流センター</p>	<p>★18日 かつらぎクラブ出張 ★11日、25日 おひさまクラブ出張 10:00-11:30 二の宮交流センター ★11日、18日、25日 子育て総合支援センター出張 10:00-11:40 市民研修センター</p>	<p>問合せ先: 定期的に開催さ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>	
	1	2	3	4	5	6
	<p>春日交流センターの出張広場はお休み</p>	<p>市民ホールやたべの出張広場はお休み</p>	<p>筑波銀行副都心2Fの出張広場はお休み 大穂交流センターの出張広場はお休み</p>	<p>市民研修センターの出張広場はお休み 二の宮交流センターの出張広場はお休み</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 10:00-14:00 ゴンタの丘</p>	<p>◆つくば de プレイパークひろめ隊「つくいち de プレイパーク」 10:00頃-12:00頃 中央公園 (つくいちの隣)</p>
7	8	9	10	11	12	13
<p>◆こじゅけい 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 ◆はぐはぐ体操 9:30-10:30 すくすくクラス 10:45-11:45 ママクラス つくばカピオ 参加費 1,000円 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</p>	<p>◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター ◆まめの木文庫「まめつちよクラブ」 10:00-11:00 過ぎ まめの木文庫 (1,2歳児対象)、要申込</p>	<p>◆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 ◆わらべうたの会 つつくんこ 11:15-12:00 中央公園 チケット制 詳細ブログ ◆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 助産院らくな ◆えほんやなずな「えほんの井戸端『しかけ』」 10:30-11:30 えほんやなずな 300円(要申込)</p>	<p>◆パネルシアターゆめぼっぼ 11:00-11:30 並木児童館 ◆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 ◆産後 TOMO サポ「産休復帰目前!」 10:30-12:00/13:00-14:30 LALA ガーデン2F モーハウスショップ 参加費 500円 [問]モーハウス 【裏面詳細】</p>	<p>◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 おはなしの泉 ◆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 ◆竹園土曜ひろば「ひろばで遊ぼう新年会」 12:30-15:30 竹園交流センター和室</p>	<p>◆まめの木文庫 「本と遊ぼう」 13:30-15:30 まめの木文庫</p>
14 成人の日	15	16	17	18	19	20
	<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</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 プチイベント【裏面詳細】 ◆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 ◆わらべうたの会 つつくんこ 11:15-12:00 中央公園 チケット制 詳細ブログ ◆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 ◆つくば自然育児の会「家事学」 10:00-12:00 老人福祉センターとよさと 【見学科】500円 要予約【裏面詳細】</p>	<p>◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 おはなしまつぼっくり ◆つくば遊ぼう広場の会 10:00-14:00 ゴンタの丘</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 ◆ままとーん「ワーママの日」 9:30-14:30 ままとーん事務所</p>
21	22	23	24	25	26	27
<p>◆こじゅけい「体操教室」 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 ◆土浦友の会・子育てママのグループ 読書「母親に対する愛慕」 10:00-12:30 土浦友の家 参加費 100円 ◆はぐはぐ体操 9:30-10:30 すくすくクラス 10:45-11:45 ママクラス つくばカピオ 参加費 1,000円 要申込 ◆茨城 YMCA「親子であそぼう(こひつじクラブ) 凧を作ろう」(1歳6か月以上)10:45-11:45 茨城 YMCA 会館ホール(水筒・上履き)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 ◆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 先着 10名程度 (写真を持参)</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 ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 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 ◆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 ◆わらべうたの会 つつくんこ 11:15-12:00 中央公園 チケット制 詳細ブログ ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘</p>	<p>◆フラワーチャイルド保育園「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 要申込 ◆グループ・スイミー読み聞かせ 11:00-11:30 並木児童館</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「ぶつくぶつこうかん」 11:30-16:30 えほんやなず ◆えほんやなずな「おはなしかい」 14:00-14:30 えほんやなず ◆おもちゃライブラリーさくらんぼ 10:00-12:00 老人福祉センターとよさと おもちゃ病院(おもちゃ修理)、ミニイベントも開催</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 ◆手南プリズムの会講演会「子どもの発達の特徴と、みまもりかた」 14:00-16:30 松代交流センター1階ホール 参加費 1,100円【裏面詳細】 ◆えほんやなずな「月イチ グリム・グリム兄弟探取首話を読む」 10:30-12:00 えほんやなずな</p>
28	29	30	31	<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>◆こじゅけい 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 プチイベント【裏面詳細】 ◆コロポックル「0歳からの外あそび」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆おひさま Kids 「お話し会」 10:30- 並木児童館図書室 ◆てしろぎくまさんひろば 10:00-12:00 手代木南児童館図書室</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</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 ◆わらべうたの会 つつくんこ 11:15-12:00 中央公園 チケット制 詳細はブログ ◆子育て広場「ゴンタで遊ぼう」 10:30-14:00 ゴンタの丘</p>			

サークル・団体からの情報

新しい年が始まりました！
今年も「かるがも・ねっと」を
よろしくお祈りします



ご報告 かるがも・ねっと「子育て応援学習会」
みんなで支える子育て
～赤ちゃんが生まれたその日から
地域で応援できるつながりを～
(2018年10月7日 於: 並木交流センター会議室)

つくば市で出産を迎える人達に、“こんな支援があるよ！”と伝えたいと思い、学習会を開きました。ゲストに、小野村順子さん(つくば市健康増進課・統括保健師)と前島朋子さん(産前産後ケアサロン助産院ら・くな院長)をお招きしました。

保健センターでは、参加型の教室、赤ちゃん訪問の事業、相談事業・・・多岐にわたる事業が流れになって組まれていることがわかりました。一律“指導”ではなく、それぞれの家庭構成、赤ちゃんとお母さんの心と身体の状態に応じた“具体的な支援”として取り組もうとされているのだなと感じました。

また、「らくな助産院」のホームスタート事業でも、研修を受けた方達が、お家を訪問しておしゃべりをする、一緒に台所に立つといった時間を過ごします。その時間の中でお母さんの気持ちが安定し、心配なことや困っていることの整理ができていく・・・誰かに見守ってもらって大人になってからあまり意識しないかもしれませんが、産前産後の見守りはほんとうに大切ですね。学習会には、この他に妊産婦の生活に寄り添う支援としての活動をされている“産後ドゥーラ協会”のお二人と“産褥ヘルプ”の方にも来てお話いただきました。こうした活動のベースにはママ達への共感があると心強く感じました。

最後にアンケートに寄せられた感想を紹介しておきます。
・今まで知らなかった取り組みがたくさんあることに驚いた
・支援したい人は多くいるのになかなか支援が届かないという悩みを感じた
・サポートのチラシを目にしていても、自分でやれるからと思ってきたけれど、振り返って利用した方がよかったと気づいた。当たり前が利用するようなサービスとして広がるといいな

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、問合わせください。マークのある団体は、右欄の基本情報に連絡先が記載されています。

■つくば自然育児の会「1月例会 家事学」

子育て真っ最中のママ！「今」はあなたにとってどんな時間ですか？ 毎日あつという間に終わってしまう方もいれば、社会と切り離されて子どもと向き合う時間がつらいという方もいるかもしれません。ただ言えることは、子育ての時間もずっと続くわけではありません。女性の寿命が87歳と言われていますが、子育てはその中の18年(22年?)なのです。子育て時期をどう過ごせば自分も子どもも機嫌よく暮らして行けるのか？ 子どもが自立してくれるのか？ を片づけ・お手伝いの面から一緒に考えましょう。

【日時】1月18日(火)10:00～12:00
【場所】ゆかりの森内 老人福祉センター『とよさと』
【講師】家事セラピスト 藤田美貴子先生
【見学料】500円
【問合せ・予約】つくば自然育児の会
tsukubamothering@gmail.com (栗野)

■ままとーん「つどいの広場」プチイベント

※場所はいつでもままとーん事務所
★「名もなき家事から解放！」
「献立をパターン化して時短に繋げよう」をテーマに、ちょっとした工夫を紹介します。また、皆さんの「我が家の定番メニュー」をシェアすることでレパートリーを増やし、さらなる時短を目指しましょう！
【日時】1月17日(木) 11:00～12:00



★「ほやほやママ集まれ！」
産後のおでかけ初めの一歩、情報交換しませんか？ つくば市の保健師さん、ままとーんの先輩ママを交えてお話しする2回連続企画です。第一子出産後5ヶ月くらいまでのママ対象。参加者同士のざつぱらなおしゃべりタイムも。イベント後は広場で昼食もOK！

【日時】
①保健師さんに聞いてみよう！ 1月28日(月)10:30～12:00
②つくばの子育て情報交換会 2月7日(木)10:30～12:00
【対象】第一子出産後2～5ヶ月、2回とも参加できるママ
【定員】10組(申込み制)
【申込み】ままとーんHP問合せフォームから

■手南プリズムの会主催 講演会

「子どもの発達の特徴点と、みまもりかた」
子どもは誕生と共に日々成長発達をしています。なかでも3歳、6歳、9歳、14歳は発達の分岐点と言われています。発達段階の「学童期」における子どもの行動の理由を知り、心と体をはぐむ環境設定や関わりポイントを学びます。
☆キッズスペースあります。小さいお子様は保護者と一緒にご聴講ください。

☆床が冷えます。暖かい格好でお越しください。
【日時】1月27日(日) 14:00～16:30(受付13:30～)
【場所】松代交流センター1階ホール
【参加費】1,100円 タッチケア講座もあります
【講師】小林純子さん 発達支援教室リセンスラボ主宰
一般社団法人 ナーチャリングセンソリー協会代表
【申込み】https://teminamiprism.wixsite.com/prism
(サイト内の申込フォームに記入 当日参加も可能です)
【問合せ】090-8615-8378(カナヤ)

■産後TOMOサポ「育休復帰目前！仕事と家事育児を両立するための『夫婦の家事育児シェア』ワークショップ」

育休明けを前に職場復帰してからどんな生活を送りたいのか？ そのためには何をすればいいのか、考えませんか？ 内閣府「夫婦が本音で話せる魔法のシート『〇〇家作戦会議』」、共働き率日本一福井市発行「夫婦で納得！『家事育児シェア』見える化シート」を利用し現状を把握、夫婦での家事育児シェアを見直し、3年後のご家族の暮らしをイメージします。
【日時】1月11日(金) 10:30～12:00/13:00～14:30
【場所】LALAガーデン2F モーハウスショップ
☆託児はありませんが、子育て支援員ヤアズママ・ママサポーターなどボランティアさんの協力で、お子様連れの方にも安心して参加いただけるよう配慮しています。
【参加費】500円(資料代・お菓子代込み)
【申込み】029-875-8835(モーハウス)

基本情報(主な活動場所・連絡先)

※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。

- 遊ぶ広場
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 TEL855-4803 [検索] 「つくば遊ぶ広場の会」
- 親子であそぼう(こひつじクラブ)
茨城YMCA 東新井 24-7 TEL852-4128
http://www.ibarakiymca.org
- えほんや なずな
竹園 2-4-10 村田ビル 105
開店: 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 TEL080-5434-8100
- 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 TEL847-0231
[検索] 「おもちゃライブラリー つくば」

- きりん Café
フラワーチャイルド保育園 TEL864-6464
- グループ・スイミー
並木児童館 TEL851-5331(並木児童館)
- こじゅけい
東児童館 TEL851-4801
- 子育て休憩室
吾妻交流センター TEL851-5263(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 TEL851-5263(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
- ゴンタで遊ぶ
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 TEL851-2617
- 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 TEL857-7949 [検索] 「自主保育コロポックル」

- 中央図書館「おはなし会」
お話しグループが持ち回りで担当 TEL856-4311
[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
TEL029-852-9134(月・金、10-15時)
298kodomogekijo@gmail.com 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
[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 TEL852-0670
- 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
TEL856-6658 kosodate.hughug@gmail.com
[検索] 「kosodate はぐはぐ」 Facebook ページもあり
- ボードゲームの広場
春日交流センター TEL029-852-9304 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 TEL838-2252
mamenokibunko@yahoo.co.jp
・絵本とおはなし会 (3歳/幼児～中学生)
・まめちょクラブ (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
TEL838-5080 [検索] 「ままとーん」 Facebook ページもあり
- わらべうたの会♪つくんこ
中央公園(雨天時 吾妻西児童館) 安永
sakuratomomoto@gmail.com
https://blogs.yahoo.co.jp/tukuuta

■ 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:TEL857-9037)
- ・かつらぎクラブ(西大橋:かつらぎ保育園:TEL080-8740-1988)
- ・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:TEL838-5080)
- ・こどもの森広場(沼崎:つくばこどもの森保育園:TEL875-4539)
- ・すぎのこクラブ(下河原崎:島名杉の子保育園:TEL847-6185)
- ・おひさまクラブ(高崎:認定こども園みのり:TEL830-7455)
- ・わかば保育園子育て支援おとなり(みどりの駅前:TEL:895-2970)
- ・なないろクラブ(大角豆:にじいろ保育園:TEL:893-4602)

※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

※市内の各支援拠点、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、医院などに置いています。

- 配布協力医院が増えました！
・ほりかわクリニック(筑穂 2-11-1/TEL877-1002)
・ほりかわクリニック歯科(筑穂 2-11-1/TEL875-8837)

※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」ホームページからダウンロードできます。
1月号編集担当: ニツ森・野島