



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 4月から担当・時間など変更あり</p>	<p>春日交流センター出張10:00-11:30 ★3日、17日、子育て総合支援センター担当 ★10日、24日 ないろくらぶ担当</p>	<p>筑波銀行副都心2F 出張10:00-11:40 ★4日、11日、18日、25日 子育て総合支援センター担当 市民ホールやたべ出張10:00-11:30 ★4日、18日 すぎのこクラブ担当 ★11日、25日 おとなり担当</p>	<p>大穂交流センター出張10:00-11:30 ★5日、19日 チェリークラブ担当 ★12日、26日 こどもの森広場担当</p>	<p>この宮交流センター出張10:00-11:30 ★6日、20日 かつらぎクラブ担当 ★13日、27日 おひさまクラブ担当 市民研修センター出張10:00-11:40 ★6日、13日、20日、27日 子育て総合支援センター担当</p>		<p>1</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」 10:00-12:00頃 中央公園(つくいちの隣)</p>
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 ◆こじゆけい 10:00-12:00 東児童館 ◆はぐはぐ「はぐはぐ体操」 9:30-10:30すくすくクラス 10:45-11:45いきいきママクラス つくばカピオ 要申込 参加費[問]</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 9/2◆コロポックル「0歳からの外あそび」 10:00-14:00 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</p> 	<p>◆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 ◆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</p>	<p>◆グループ・スイミー 11:00-11:30 並木児童館 ◆産後 TOMO サボ「産後のすれ違い解消・こじらせ夫婦の処方箋〜夫婦のパートナーシップ〜」 10:30-12:30 LALA ガーデン2F モーハウス ショップ 要申込 [詳細裏面]</p>	<p>◆つくば遊ぼう広場の会「遊ぼう広場」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆中央図書館「おはなし会」 15:00-15:30 中央図書館 荃崎おはなし会</p>	<p>◆まめの木文庫「本と遊ぼう」 13:30-15:00 まめの木文庫</p> 
9	10	11	12	13	14	15
<p>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆コロポックル「0歳からの外あそび」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆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 ◆こじゆけい 10:00-12:00 東児童館 ◆コロポックル「ピヨコロひろば」 10:00-12:30 さくら運動公園 6ヶ月~2 才の親子 要申込 [詳細裏面] ◆はぐはぐ「はぐはぐ体操」 9:30-10:30すくすくクラス 10:45-11:45いきいきママクラス つくばカピオ 要申込 参加費[問]</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 ◆茨城 YMCA 親子であそぼう(こひつじクラブ)「敬老の日のプレゼントを作ろう」 10:45-11:45 茨城 YMCA 会館 ホール 0歳児から未就学児 [詳細裏面] ◆つくば自然育児の会「安全とナチュラルの違いって?! 正しく知って安心な日用品を選ぼう」 10:00-12:00 老人福祉センターとよさと 要申込 [詳細裏面]</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「まめちよクラブ」 10:00- まめの木文庫 (1.2歳児対象) 要申込 9/12◆えほんやなずな「えほんの井戸端」 “食欲の一冊” 10:30-12:00 えほんやなずな 300円 要申込</p>	<p>◆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 ◆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」 10:00-12:00 お昼持参では 14:00 まで可</p>	<p>◆パネルシアターゆめぼっぽ 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 ◆ベビーリトミック 10:00-10:40 春日交流センター音楽室 0-2歳頃 [問] 要申込 tsukubababy@gmail.com(畑中) 09048348331 HP あり</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」 10:30- 幼児~小2くらい/ 11:15- 小3~中学生 まめの木文庫 ◆なずなのおはなしかい 14:00-14:30 えほんや なずな</p>	<p>9/14 ◆竹園土曜ひろば「ほっこりランチ交流会」 10:30-14:30 (12:00-ランチ30食程度) 竹園交流センター和室 10:30-「初めての子ども、久しぶりの人もみんなでお習字やってみよう」 乳幼児は保護者同伴 詳細と申込は HP</p>
16 敬老の日	17	18	19	20	21	22
	<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 9/19 ◆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>◆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 ◆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</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 11:00-11:30 並木児童館</p>	<p>◆つくば遊ぼう広場の会「遊ぼう広場」 10:00-14:00 ゴンタの丘 ◆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</p>	<p>◆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> 
23 秋分の日	24	25	26	27	28	29
<p>◆つくば遊ぼう広場の会「ゴンタでわらべうた&amp;音遊び!」 ゴンタの丘 10:00-12:00 要申込 [詳細裏面] ◆えほんやなずな「えほんの井戸端」 “厳選の一冊” 14:00-16:00 えほんやなずな 300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 11:00-12:00 プチイベント [詳細裏面] ◆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</p>	<p>◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター 9/26◆はぐはぐ「おしゃべりサロン」special 40代ママのおしゃべりサロン 10:00-12:00 助産院らくな 要申込 お昼持参 14:00 まで可</p>	<p>◆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 11:00-12:00 プチイベント [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>◆フラワーチャイルド保育園「きりん Cafe」 10:00-11:30 フラワーチャイルド保育園 0歳~6歳(3~5組)要申込 864-6464 ◆グループ・スイミー 11:00-11:30 並木児童館 ◆ベビーリトミック 10:00-10:40 春日交流センター音楽室 0-2歳頃 [問]要申込 tsukubababy@gmail.com(畑中)09048348331 HP あり</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 ◆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)も開催</p>	<p>◆日曜ままとーん 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆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	<p>9/30 ◆コロポックル「ピヨコロひろば」 10:00-12:30 さくら運動公園 6ヶ月~2 才の親子 要申込 [詳細裏面]</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。</p> <p>問合せ先: 定期的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>  					

# 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、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9月例会 「安全とナチュラルの違いって？！正しく知って安心な日用品を選ぼう」

子育て中は特に、「安全安心」というキーワードが気になる方が多いと思います。皆さんは、どんな風に身の回りのものを選んでますか。口から入るものと、皮膚から入るものはどちらが危険？安全とナチュラルはどう違うの？9月の例会では、船橋から下澤智子先生をお招きし、そんな疑問が解消できる講座を開催します。正しく知って、お子さんや家族に安心な日用品を選びませんか？



【日時】9月10日(火)10:00-12:00  
【場所】老人福祉センターとよさと  
【参加費】無料  
【講師】下澤 智子 先生

東京、千葉、新潟などの助産院や幼稚園等で予防医学に関するお話会の講師として活躍中。歯科医師や帝王学などの講師とコラボ開催も多数。What a relief! (※ホッとした～の意味)を主宰し、たくさんの方々の健康とライフスタイルの改善に関わっている。

【問合・申込】つくば自然育児の会 ☞

### ●産後TOMOサポ「産後のすれ違い解消・こじらせ夫婦の処方箋～夫婦のパートナーシップ～」

【日時】9月6日(金)10:30-12:30  
【場所】ララガーデン2Fモーハウスつくばショップ  
【参加費】1000円(資料代・運営費、ご夫婦参加で1000円)  
【定員】10組  
【申込】多田 070-4086-7840 yuuminthai@gmail.com  
HP <https://ameblo.jp/aozoraryusei/>

【講師】産後TOMOサポ 多田 佑実(子育て支援員)  
可愛い赤ちゃんを迎えて、生活が大きく変わる中、夫婦ですれ違ってしまふこと、ありませんか？

内閣府発行「〇〇家作戦会議」、福井市発行「家事育児見える化シート」で、未来のありたい自分・家族の姿を思い描き、家事育児の現状を把握する大好評のワークショップ。日頃のモヤモヤを言葉にし、参加者同士で想いをシェアしあうことで、自分・夫婦・家族の未来を考えます。この機会に、ぜひ夫婦でご参加を！もちろん、ママのみ、パパのみの参加もOKです！  
※ 託児はありませんが、子育て支援員や助産師、ボランティアスタッフによるお子様の見守りサポートで安心してご参加いただけます。

### ●茨城 YMCA 親子であそぼう(こひつじクラブ)

「敬老の日のプレゼントを作ろう」  
親子であそびながら子育て中のお友だち作りをしませんか？終了後お弁当を食べたい方は、13時まで食べることができます。その際は、お弁当を持参してください。

【日時】9月10日(火)10:45-11:45 (予約不要・出入り自由)  
【場所】茨城 YMCA 会館 ホール  
【対象】0歳児から未就学児対象  
【持ち物】親子で水筒・上履き  
【問合わせ】029-852-4128 担当:菅谷・中村



●コロボックル「ピヨコロひろば」  
～小さい秋みつけた、お外であそぼう！～  
6ヶ月くらい～2歳までのお友達とお母さんへ  
つくばで野外保育を続けてきたコロボックルが、初めての外あそびを応援します。自然に触れながら一緒に子育てを。  
【日時】9～12月の月2回程度。月曜日 10:00～12:30  
9/9 9/30 10/7 10/21 10/28 11/11 11/25 12/2  
【場所】ゴンタの丘とその周辺、市内の公園  
さくら運動公園テニスコート隣の広場集合  
【会費】2,000円(8回分)  
【持ち物】親子共汚れても良い服装で。簡単なお弁当、水筒、着替え、レジャーシート。  
【申込み】029-857-7949(五十嵐)詳細はHP。

●つくば遊ぼう広場の会  
「ゴンタでわらべうた&音遊び！」  
おっきな声出して、とんではなて、音とお外を楽しもう！前半は中央公園でわらべうたを楽しむ会「つくんこ」を主宰する安永知栄さんと、ゴンタの丘で楽しくわらべうた。



後半は、かあさん、とうさんと子どものための音楽チーム「ヤミィ」と、おはなしの世界に、音楽と遊びと一緒に迷いこみます。  
【日時】9月23日(月・祝)10:00-12:00  
【場所】ゴンタの丘(つくば市子ども総合支援センター奥の林)  
雨天時は並木交流センターホールに変更

【参加費】一家族 200円  
【定員】親子 20組、前日までに予約ください。  
【申込み】つくば遊ぼう広場の会 kuroutadori843@yahoo.ne.jp  
029-855-4803(黒河) ☞

●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 つどいの広場で、11:00-12:00。  
参加費無料・申込み不要

【日時】9月24日(火)  
「早寝・早起き 生活リズムを整えよう！」  
1歳を過ぎた頃から、早寝早起きの習慣をつけたいもの。谷田部保健センターの保健師さんに、生活リズムをつけるコツをお話していただきます。



【日時】9月26日(木)  
「教えて！2人目育児！」  
2人目は何歳差にする？帰帰？それともつくばで産む？寝かしつけやお風呂はどうするの？2人目を考えている方、今まさに妊娠中の方、先輩ママに聞いてみましょう！

## 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。

■遊ぼう広場  
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 「つくば遊ぼう広場の会」  
■茨城YMCA(こひつじクラブ)  
茨城YMCA会館ホール(東新井24-7) TEL852-4128  
[ibarakiymca.org/child\\_edu\\_kohitsuji.html](http://ibarakiymca.org/child_edu_kohitsuji.html)

■えほんや なずな  
竹園2-4-10 村田ビル105 TEL828-5120  
開店：火・木・土曜11時～17時、金曜13時～17時 他  
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  
■こじゆけい  
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)  
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 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 「自主保育コロボックル」  
■竹園土曜ひろば  
竹園交流センター和室 検索 竹園土曜ひろば

■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 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、12-15時)  
298kodomogeki.jo@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。見学期が必要な場合あり。  
tsukubamothering@gmail.com  
検索 「つくば自然育児の会」 Facebookページもあり

■つくいちdeプレイパーク  
中央公園(つくいちの隣) つくばdeプレイパークひろめ隊 @298playpark Facebookページあり

■てしろぎくまさんひろば  
手代木南児童館図書室 TEL852-0670  
■のうさぎ文庫  
上広岡 野田団地内 070-3245-3014(阿部)

■はぐはぐ(助産院ら・くな :つくば市松代)  
・おしゃべりサロン ・はぐはぐ体操  
TEL856-6658 kosodate.hughug@gmail.com  
検索 「kosodateはぐはぐ」 Facebookページもあり

■パネルシアターゆめぼっぼ  
並木児童館 TEL851-5331  
■まめの木文庫  
赤塚トーホーランド TEL838-2252  
mamenokibunko@yahoo.co.jp

・子どものためのおはなし会(幼児～中学生)  
・まめちょクラブ(1・2歳)  
・本と遊ぼう  
■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://ameblo.jp/tukunko1999/>

## 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。

- ・つくば市子育て総合支援センター(流星台: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)
- ・なないろくらぶ(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「行く」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 つくば市子育て支援拠点

## 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、市役所の他、医院等に置いています。

- 配布協力医院等のご紹介
- ・あおきこどもクリニック(研究学園4-4-11/TEL886-3315)
  - ・江原こどもクリニック(谷田部776/TEL838-0050)
  - ・清水こどもクリニック(東2-31-8/TEL860-2525)
  - ・庄司クリニック(中野158-1/TEL836-0405)
  - ・つくばキッズクリニック(島名2610-1/TEL836-2825)
  - ・なないろレディースクリニック(西大沼637-6/TEL860-7716)
  - ・なないろキッズクリニック(西大沼637-6/TEL886-7716)
  - ・二の宮越智クリニック(松野木187-3/TEL855-6688)
  - ・ヒルトアップクリニック(佐1004/TEL877-3130)
  - ・前島レディースクリニック(松代4-10-12/TEL859-0726)
  - ・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)
  - ・なの花薬局つくば並木店(並木4-1-3/TEL851-0439)

\*\*\*\*\*



※カレンダーは「かるがも・ねっと」ホームページまたは、市の「TSUKUBA子育てナビ」サイト「お知らせ・イベント情報」ページからダウンロードできます。