





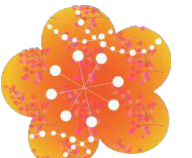


2021年 つくば子育てカレンダー 1月号



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」があります</p>	<p>春日交流センター出張10:00-11:30 ★5日、19日 ※要予約 子育て総合支援センター担当 ★12日、26日 なないろくらぶ担当</p>	<p>北条保育所出張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 市民ホールやたべ出張10:00-11:30 ※要予約(各日の担当へ) ★20日 おとなり担当 ★13日、27日 すぎのこクラブ担当</p>	<p>大穂交流センター出張10:00-11:30 ※前日までに各日担当へ TEL 詳細 HP ★7日、21日 チェリークラブ担当 ★14日、28日 こどもの森広場担当 筑波銀行副都心2F 出張 当面の間お休み</p>	<p>二の宮交流センター出張10:00-11:30 ※要予約(各日の担当へ) ★15日、29日 かつらぎクラブ担当 ※おひさまクラブ担当はお休みです</p>	<p>掲載したのについて、直前に変更される場合があります。 定期の催しやイベントも、休止や開催方法の変更などがあります。 必ず最新情報を、HPや電話などで確認の上、ご参加ください。 各団体の基本情報やお知らせは、裏面をご覧ください。 [問]の表示のある催しは、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。</p> 					<p>1 元旦</p> 	<p>2</p> <p>◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内</p>
<p>4</p> <p>◆産後 TOMO サポ「ゆーみんの正月太り解消ヨガ! インスタライブ!」 11:00-11:30 [詳細裏面]</p>	<p>5</p>  <p>※ すくすく子育て広場、 子育て休憩室、 子育てほっとステーション オアシス 1月中は冬眠します! [詳細裏面] ※ おもちゃライブラリーさくらんぼ 社協のページには開催と出ていますが、 1月は中止します。</p>	<p>6</p>	<p>7</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 ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク</p>	<p>8</p> <p>◆グループ・スイミー 読み聞かせ 11:00-11:30 並木児童館</p>	<p>9</p> <p>◆まめの木子のおはなし会 10:30-と13:30- 幼児から低学年 11:15-と14:15- 高学年以上 まめの木文庫 ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆竹園土曜ひろば「竹園だれでもカフェ」 13:00-16:00 竹園交流センター大会議室 100円(お茶とお菓子) / 子ども・学生は無料30名 ◆なずなのおはなしかい 16:00-16:30 えほんやなずな 要申込</p>	<p>10</p> <p>◆まめの木子のおはなし会 10:30- 幼児から低学年 11:15- 高学年以上 まめの木文庫</p>
<p>11 成人の日</p> 	<p>12</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 10:30-11:30 プチイベントあり [詳細裏面]</p>	<p>13</p> <p>◆産後 TOMO サポ「教えて!先輩ママ!妊婦〜産後リアルな体験談をお届け! インスタライブ!」 11:00-11:45 [詳細裏面] ◆でんでん(Den Den)「子どもと作る学校」 10:00-14:00 流星台プレイパーク 小学生以上の親子対象 親子で100円 [詳細裏面]</p>	<p>14</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 10:30-11:30 プチイベントあり。詳細 HP ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会 1つつくこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ ◆えほんやなずな「えほんの井戸端」 テーマくうし> 10:30-12:00 えほんや なずな 300円 要申込</p>	<p>15</p> <p>◆パネルシアターゆめぼほ 11:00-11:30 並木児童館</p>	<p>16</p> <p>◆つくば遊ぼう広場の会「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆なずなのおはなしかい 16:00-16:30 えほんやなずな 要申込</p>	<p>17</p> 
<p>18</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 10:30-11:30 プチイベントあり [詳細裏面] ◆コロポックル 「ゴンタで遊ぼう 0歳からの外あそび」 10:00-14:00 流星台プレイパーク</p>	<p>19</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 10:30-11:30 プチイベントあり 詳細 HP ◆はぐはぐ「にほんごでおしゃべり!」 (外国せきママ・パパおしゃべりサロン) 10:00-11:00 Zoom にて [問]oshaberinihongo@gmail.com</p>	<p>20</p> <p>◆つくば自然育児の会例会 「抱っこ法〜心を抱きしめる子育て〜」 10:00-12:00 オンライン開催 要申込 [詳細裏面] ◆でんでん(Den Den)「子どもと作る学校」 10:00-14:00 流星台プレイパーク 小学生以上の親子対象 親子で100円 [詳細裏面]</p>	<p>21</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 10:30-11:30 プチイベントあり。詳細 HP ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会 1つつくこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ</p>	<p>22</p> <p>◆グループ・スイミー 読み聞かせ 11:00-11:30 並木児童館</p> 	<p>23</p> <p>◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆竹園土曜ひろば「ランチ交流会」 10:30-15:00 竹園交流センター (ランチ 12:00-13:00 頃) 中学生以下 100円 高校生以上 300円 / 50食(事前申込優先) 食事不要の方と乳児は無料 ◆穴塚の自然と歴史の会 里山子ども探偵団 10:00-12:00 詳細 HP ◆なずなのおはなしかい 16:00-16:30 えほんやなずな 要申込</p>	<p>24</p> <p>◆えほんやなずな「えほんの井戸端」 テーマくうし> 14:00-15:30 えほんや なずな 300円 要申込</p>
<p>25</p> <p>◆コロポックル 「ゴンタで遊ぼう 0歳からの外あそび」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆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>26</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 10:30-11:30 プチイベントあり 詳細 HP</p>	<p>27</p> <p>◆でんでん(Den Den)「子どもと作る学校」 10:00-14:00 流星台プレイパーク 小学生以上の親子対象 親子で100円 [詳細裏面]</p>	<p>28</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 10:30-11:30 プチイベントあり。詳細 HP ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会 1つつくこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ</p>	<p>29</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 外遊び「はらっぱ」 10:00-14:00 流星台プレイパーク [詳細裏面] でんでん(DenDen)と併催</p>	<p>30</p> <p>◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内</p>	<p>31</p> <p>◆ままとーん「つどいの広場」 プレパパ・プレママ集まれ! 10:00-11:30 ままとーん事務所 詳細 HP</p>

サークル・団体からの情報



新年あけましておめでとうございます。本年もつくばの子育ての輪が広がりますように。私たちがカレンダーを通じ、皆さまとつながってきたいと思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。

今月のピックアップイベント

*ご紹介するイベントについては、掲載後変更されている場合があります。詳しくは直接、ご確認ください。

産後 TOMO サポ インスタライブ!

【参加方法】事前にゆーみんのインスタをフォローしておくでスムーズにご視聴いただけます。yuumin.me

【主催】産後 TOMO サポ 多田 佑実(子育て支援員)

●ゆーみんの正月太り解消ヨガ!

【日時】1月4日(月) 11:00-11:30

コロナ下でのお正月、おいしいもの食べておうちで過ごしていると、正月太り! がっつりお腹を引き締める燃焼系ヨガで正月太りを解消していきましょう。

●教えて!先輩ママ!妊娠～産後リアルな体験談をお届け!

【日時】1月13日(水) 11:00-11:45

初めての妊娠出産、どんな感じだった?赤ちゃんのいる生活ってどんな感じ?初めての育児に戸惑うママも多いですよね。先輩ママのご自宅から、妊娠～出産～産後どのように過ごしてきたかなど、お伝えしますよ。事前当日、ご質問もお受けし、ライブ中にお答えします。ゆーみんへ DM お送りください。

ままとーん つどいの広場

人数制限(午前、午後 各5組程度)を行いながら開催します。

昼食の利用は、しばらくの間お休みします。

プチイベントは 10:30-11:30

<申込方法> 申込方法が新しくなりました。

詳細はホームページをご覧ください。申込フォーム⇒



●赤ちゃんの抱っこ～相談会～

【日程】1月12日(火)

【対象】広場のみ

お持ちの抱っこ紐を快適に使えていますか?抱っこ紐の簡単なチェックポイント、安全な使用のための注意点を知り、お持ちの抱っこ紐の調節を行いましょ。抱っこ、おんぶに関する質問もこの機会にぜひ相談してみてくださいね。

講師:角田クリスティーナさん(こうのとりのベビーウェアリング)

●コーチングセミナー

【日程】1月18日(月)

【対象】広場・Zoom

今回のテーマは「夫(パートナー)との関係」です。結婚当初は仲良く過ごしていたのに、産後はなんだかギクシャク…。2人の関係もそうだけど、子どもの進路について意見が合わないことも。こんな考え方をする人だったの?価値観が違う?溝が深くなる前に修復するには?

講師:日本コーチング協会茨城チャプターリーダー 西村雅司先生

つくば自然育児の会

自然育児の会は、乳幼児のママ同士が共に学び合いながら子育てしていくサークルです。毎月、講師を招いて、食やお手当てなど自然な育児にまつわる講話を聞く例会を開いています。そして月一回、流星台プレイパークで、外遊びの会「はらっぱ」を開催していますよ。

●1月例会「抱っこ法～心を抱きしめる子育て～」

抱っこ法とは「気持ちを抱きしめ、よりよい人間関係を築いていく為のメソッド」です。子どもの夜泣き・落ち着きのなさ・かんしゃくなど、困った行動・気になる様子の裏には、子どもなりの切実な気持ちが隠れています。「隠れたホンネ」を明らかにしその子本来の成長力を回復していくノウハウを分かりやすく学びましょう。また、抱っこ法は赤ちゃん・幼児はもちろん、小学生以上あらゆる年齢のお子さんに応用できます。

【日時】1月20日(水)10:00-12:00

【場所】Zoomにてオンライン開催

【講師】西川みゆき先生(日本抱っこ法協会 公認ホルダー)

【問い合わせ・申込】つくば自然育児の会

tsukubaraisingchildren@gmail.com (鈴木)



●外遊び「はらっぱ」(でんでん(DenDen)と併催)

【日時】1月29日(金)

【場所】流星台プレイパーク

申込不要。雨天中止。

【連絡先】090-3568-9726 (出井)

新しい活動を紹介

でんでん(Den Den)「子どもと作る学校」

保育園や幼稚園のように小学校以降も子ども達と保護者の選択肢が広がればという思いのメンバーが集まり活動しています。学校以外の居場所を探している方々、ホームスクーラーのみなさんの選択肢になれるよう考えています。

もっとゆったり、ありのままの自分でいいという気持ちを子どもも大人も持ち続けられるお手伝いが出来ればと考えています。

【日時】1月13日、20日、27日(毎週水曜日)(毎月1回金曜日)いずれも10:00-14:00

【場所】流星台プレイパーク

流星台プレイパークでは、焚火、料理、秘密基地作り、ブランコ、砂場、長縄、鬼ごっこなどをやっています。これ以外でも子ども達がやりたい事の実現に向けお手伝いしたいと思っています。

【対象】小学生以上の親子

【費用】親子で100円(汁物代等込み)

【問合せ】dendenmushi2021@gmail.com

HP:https://denden.localinfo.jp/

=団体からのお知らせ=

すくすく子育て広場/子育て休憩室/子育てほっとステーション オアシスより

1月31日ごろまで冬眠します。2月3日立春に合わせて目覚める予定です。

毎日お子さんと一緒に過ごされているお母さまたちへ

2020年はたった一つ「新型コロナウイルスの流行」で、今まで当たり前に過ぎていたことが実はとても大事で大切なことだったと深く感じられた一年でした。みんなで集まって、お子さんたちのことで笑ったり、励ましたり、井戸端会議をしたり。そんなことが当たり前になってきたことは、とても幸せなことだったのです。

2021年の年の初め、すべての活動を今まで通りに始めたかたのですが、ここは潔く「1月は冬眠」ということにします。コロナ感染防止の為に、施設の利用人数も低く抑えられていますし、換気のためのドア開放など、部屋の中の方が寒い場合もありそうです。お部屋の中で集まるよりも、お日様サンサンの日には、近くの公園でお散歩したり、走り回ったりしたほうが良いかもしれません。

公園やお散歩途中に、もし、同じ月例や年齢らしいお子さんとお母さまを見かけたら、お声をかけてみてください。もちろんマスク越し



ですけれど、大人同士挨拶するだけでも元気が出ると思います。場所守りの私たちも、冬眠中、早く皆さんと大きな声をだして笑ったりお喋りできる日を夢見しています。時々冬眠から抜け出しているところを見かけられたら、声をかけてくださいね。

基本情報(主な活動場所・連絡先)

*まだ活動を休止している団体もあります。ご確認ください。

■茨城YMCA(こひつじクラブ)

茨城YMCA会館ホール(東新井24-7) Tel.852-4128
ibarakiymca.org/child_edu_kohitsuji.html

■えほんや なずな

竹園2-4-10 村田ビル105 Tel.828-5120
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 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Café

フラワーチャイルド保育園 Tel.864-6464

■グループ・スイミー

並木児童館 Tel.851-5331

■こじゅけい

東児童館 Tel.851-4801

■子育て休憩室

吾妻交流センター 和室 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 和室 Tel.851-5263(ホシノ)

■NPO法人子連れスタイル推進協会(通称:らくふあむ)

LALAカーテン2Fモーハウスショップ Tel.029-886-8985
HPあり rakufam@gmail.com

■ゴンタで遊ぼう(4月より移転)

流星台プレイパーク(桜保健センター裏)*雨天中止 昼食可
外遊びのサークル持ち回りで一般開放。
「つくば遊ぼう広場の会」HP・FBあり Tel.855-4803
「自主保育ロボックル」HPあり Tel.857-7949
「常総つこ応援団」Tel.0297-48-4911

■宍塚の自然と歴史の会

集合場所はHPにて 070-3245-3014(阿部)

■すくすく子育て広場

つくば市役所コミュニティ棟会議室 Tel.851-5263(ホシノ)

■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 TEL.090-3047-1265(毛利)」

■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、12-15時)
298kodomogekijo@gmail.com Facebookページあり

■つくば子ども支援ネット

検索 HP、FBあり kodomoshien.net.tsukuba@gmail.com

■つくば自然育児の会 (6月よりアドレスが変わりました)
月によって曜日・場所が異なります

見学には申込みが必要。tsukubaraisingchildren@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

■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 他
Tel.856-6658 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ぽ

並木児童館 Tel.851-5331

■まめの木文庫

赤塚トーホーランド Tel.838-2252 mamenokibunco@yahoo.co.jp
・子どものためのおはなし会(幼児~中学生)
・まめっちょクラブ(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
Tel.838-5080 検索「ままとーん」Facebookページもあり

■わらべうたの会♪つくくんこ

中央公園(雨天時 吾妻西児童館) 安永
tukunko1999@yahoo.co.jp (7月より連絡先変更)
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。
最新情報は、各拠点HP等をご覧ください。

- ・つくば市子育て総合支援センター(流星台: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)
- ・すぎのこクラブ(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)
- ・なないろくらぶ(大角豆:にじいろ保育園:Tel.080-9095-4602)

カレンダーの配布場所について

※市内各支援拠点、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、市役所その他、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/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/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)
- ・なないろキッズクリニック(西大沼637-6/Tel.886-7716)
- ・ニ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)
- ・ほりかわクリニック(筑穂2-11-1/Tel.877-1002)
- ・ほりかわクリニック歯科(筑穂2-11-1/Tel.875-8837)
- ・なの花薬局つくば並木店(並木4-1-3/Tel.851-0439)

※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。

