



月	火	水	木	金	土	日
<p>「出張子育て広場」 今のところ各日の担当へ 予約が必要です。 詳細は各HPなどで ご確認ください</p>	<p>春日交流センター出張10:00-11:30 ★5日、19日(火) 子育て総合支援センター担当 ★12日、26日(火) なないろくらぶ担当</p>	<p>北条保育所出張10:00-11:40 (予約不要) ★6日、13日、20日、27日(水) 子育て総合支援センター担当 Bivつくば出張 10:00-11:30 New! ★6日、20日(水) 花畑ひろば担当 ★13日、27日(水) こどもの森ひろば担当 市民ホールやたべ出張10:00-11:30 ★6日、20日(水) おとなり担当 ★13日、27日(水) 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 TEL 詳細 HP ★7日、21日(木) チェリークラブ担当 荃崎交流センター出張10:00-11:40 ★14日、28日(木) (予約不要) 子育て総合支援センター担当</p>	<p>二の宮交流センター出張 10:00-11:30 ★1日、15日(金) おひさまクラブ 担当 ★8日、22日(金) かつらぎクラブ 担当</p>	<p>新型コロナウイルス感染症拡大の情勢により、掲載したものに ついて直前に変更される場合もあります。 最新情報はHPや電話などでご確認の上、ご利用ください。 ※ 定期的に開催されている催しについては、場所・連絡先など、裏面の 基本情報欄にまとめています。 ※ [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。</p>		<p>カレンダー裏面も みてくださいな …裏面に内容や参加方法の 詳細を載せています …裏面に活動紹介 メッセージがあります</p>		<p>1 ◆なずな 絵本『地球のことを おしえて あげる』パネル展 えほんやなずな(～30日まで)</p>	<p>2 ◆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 ◆なずなのおはなし会 16:00-16:30 えほんやなずな 無料/3家族程度/要申込</p>	<p>3 4/2 ◆竹園土曜ひろば 「竹園だれでもカフェ」 13:00-15:00 竹園交流センター2階 大会議室 100円(お茶とお菓子) /子ども・学生は無料 30名</p>
<p>4 ◆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>5 ◆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>6 </p>	<p>7 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆わらべうたの会 つつくこ 11:15-12:00 中央公園 (詳細はブログ)</p>	<p>8 ◆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 *おもちゃと本の貸し出しのみ開催。 おもちゃ修理の受付あり。</p>	<p>9 ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆まめの木子どものためのおはなし会 10:30- 幼児、低学年 11:15- 中学年以上どなたでも 13:30- 幼児、低学年 14:15- 中学年以上 どなたでも まめの木文庫 ◆なずなのおはなし会 16:00-16:30 えほんやなずな 無料/3家族程度/要申込</p>	<p>10 ◆まめの木子どものためのおはなし会 10:30- 幼児、低学年 11:15- 中学年以上どなたでも まめの木文庫 4/9 ◆つくば子ども支援ネット 「子育て応援フードパントリー (希望者への食品等配布)」 13:00～16:00 場所:つくば市南部(非公開)配布 希望者にお伝えします[詳細裏面]</p>
<p>11 ◆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「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>12 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆にほんごで おしゃべり! 10:00-11:00 Zoomをつかいます。日 本人ママ・パパの参加も大歓迎です! (問合せ)oshaberinihongo@gmail.com</p>	<p>13 ◆まめの木文庫「まめつちよクラブ」 10:00-11:00 まめの木文庫 2歳前後対象 要申込 わらべうた、絵本の読み聞かせ、ちょっとした制作</p>	<p>14 ◆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 ◆わらべうたの会 つつくこ 11:15-12:00 中央公園 (詳細はブログ) ◆なずな「えほんの井戸端」 テーマ「地球」10:30-12:00 えほんやなずな 300円/5名程度/要申込</p>	<p>15 ◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館 ◆mama Luana 「食育! 畑ヨガってなあに? お話会」 10:00-11:30 (尙武平ファーム倉庫近くの畑 ママとお子さん(0歳～OK) [問] 詳細・申込は公式LINE(@ 940mcrgs)またはHP [詳細裏面]</p>	<p>16 ◆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 ◆なずなのおはなし会 16:00-16:30 えほんやなずな 無料/3家族程度/要申込 ◆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2階大会議室 高校生以上300円/中学生以下と食事不要は 無料 50食(事前申込優先)</p>	<p>17 </p>
<p>18 ◆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「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 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 [詳細裏面] ◆つくば自然育児の会4月例会「絵本 の選び方と読み聞かせ」 10:00-12:00 なかよし館(大曾根児童 館)要申込[詳細裏面]</p>	<p>20 ◆mama Luana 「赤ちゃんふれあいヨガ」 10:15-11:30 カピオ(リハ室2) 0歳～1歳半のお子さんとママ [詳細・申込]公式LINE(940mcrgs)又はHP</p>	<p>21 ◆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 ◆わらべうたの会 つつくこ 11:15-12:00 中央公園 (詳細はブログ)</p>	<p>22 ◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館 ◆mama Luana 「食育! 畑ヨガコース①」 10:00-12:00 (尙武平ファーム倉庫近くの畑 ママとお子さん(0歳～OK) [詳細裏面]</p>	<p>23 ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆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 *おもちゃと本の貸し出しのみ開催。 ◆なずな「Jerry Day」 (親子向けバイリンガルおはなしかい) 10:30- 13:00- 15:00- いずれも1時間[問] 「ジェリーの大人向けバイリンガル絵本講座」 17:00-18:30 [問]えほんやなずな</p>	
<p>25 ◆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「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>26 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆にほんごで おしゃべり! 10:00-11:00 Zoomをつかいます。日 本人ママ・パパの参加も大歓迎です! (問合せ)oshaberinihongo@gmail.com</p>	<p>27 ◆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 ◆mama Luana 「赤ちゃんふれあいヨガ」 10:15-11:30 オンライン 0歳～1歳半のお子さんとママ [詳細・申込]公式LINE(940mcrgs)又はHP</p>	<p>28 ◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆わらべうたの会 つつくこ 11:15-12:00 中央公園 (詳細はブログ) ◆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>29 (祝) ◆なずな「休日のえほんの井戸端」 テーマ「地球」14:00-15:30 えほんやなずな 参加費300円/5人程度/要申込 ◆mama Luana 「畑ヨガ・収穫体験」 10:00-12:00 (尙武平ファーム倉庫近 くの畑 ママとお子さん(0歳～OK) [問] 詳細・申込は公式LINE(@ 940mcrgs)またはHP</p>	<p>30 ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆なずな「大人のためのおはなし会」 16:00-16:30 えほんやなずな 参加費300円/10人程度/要申込</p>	<p></p>

サークル・団体からの情報



よこそ!



4月は、環境が変わったり、親しい友人と離れたり、少し落ち着かない季節でもありますね! 子どもだけでなく大人だって、それは同じ。かるがも・ねっととは、このカレンダーを通じ、みなさんの子育てを応援している場所を紹介していきます!

今月のピックアップイベント

つくば子ども支援ネット

●「子育て応援フードパントリー(希望者への食品等配布)」
※2月の配布を受けていないひとり親世帯・非課税世帯等が対象
日時:4月9日(土)13:00~16:00
場所:つくば市南部(非公認)配布希望者にお伝えします
*配布希望・問合せは、LINE公式アカウントへ『子育て応援フードパントリー希望』とご連絡ください。

①LINE公式アカウント『つくば子ども支援ネット♡ホットとLINE』
LINE ID: @971stxgf(ホームページ内に他の追加方法の記載あり)
②LINE不可の場合にはメールでも対応
kodomoshien.net.tsukuba@gmail.com

つくば自然育児の会

●4月例会「絵本の選び方と読み聞かせ」
2022年度は『こどもと家族の免疫力をあげよう』をテーマに活動します。今月のテーマは子育て家族の心を潤してくれる存在、「絵本」。いつもは読み手のお母さんも今回は聞き手に回って、お子さんと一緒に絵本の世界を楽しみませんか?

【日時】4月19日(火)10:00-12:00
【場所】なかよし館(大曾根児童館)
*状況によりオンライン(ZOOM)開催に変更になる場合があります。



【講師】えほんやなずな店主 藤田一美さん
【申込・問合せ】参加希望、問い合わせはメールにて気軽にご連絡ください。(担当:松田)
*4月16日(土)申込締切*見学初回は参加無料

ままとーん つどいの広場

*10:30-11:30でプチイベントを開催する日がこの他にもあります。詳細はままとーんHPをご覧ください。

●産後ママのお身体リセット講座

【日時】4月19日(火) 10:30-11:30
【場所】Zoomのみ【定員】5組
今の自分のカラダの状態を知りましょう。なりたい自分×今の自分でやるべきことが分かります。産後ダメージを受けたカラダは特にがむしゃらに頑張っても結果が出にくいものです。自分の心とカラダに合ったものを取り入れましょう。
講師:Pfilates™骨盤底筋エクササイズ認定インストラクターkumi先生

mama Luana

●「食育! 畑ヨガ~種まきから収穫体験~」

コース①(4/22、5/6、13、20の全4回)
食やヨガに興味があるママさん、つくば市内でお友達作りたママさんへ。2回目までは途中から参加OK。また、畑ヨガってなあに?どんな場所でどんな風に行うの?15日にお話を開きます。
[問]詳細・申込は公式LINE(@940mcrgs)又はHP

えほんやなずな

●絵本『地球のことを おしえてあげる』パネル展
4月1日~30日。えほんやなずなにて。たくさん子どもたちと共に、コレデコット賞受賞作家ソフィー・ブラッコールがつくりあげた絵本です。多様な生命にあふれてはいるのに、争いの絶えない地球。けれども、助け合って暮らしていこうという希望がこめられた作品です。4月後半には、この絵本を翻訳された横山和江さんとのオ

*...基本情報に連絡先のある団体です

オンライントークを開催企画予定。詳細はSNSにて。

kosodateはぐはぐ

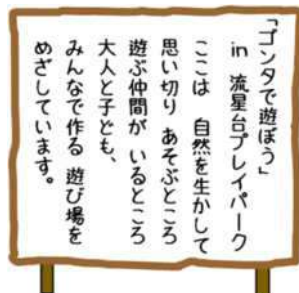
●家庭訪問型子育て支援ホームスタート(令和4年度つくば市委託事業)
お引越しでつくばに初めて来た方、ホームスタートを利用しませんか?「子育てが大変...悩みがある...誰かと話してリフレッシュしたいな」と思ったら、研修を受けた訪問ボランティアがお話を聞いたり、一緒に育児や家事をしたり、子育ての悩みに寄り添います。ご利用にはいくつか条件がありますので、初めに担当者にご説明に伺います。(※家事代行ではありません)
担当者が常に利用者様とボランティアの間に入りますので、安心してご利用いただけます。
利用料:無料 申し込み・問合せ:hs298@kosodatehughug.org

***** =団体からのメッセージ= *****

~今年度もよろしく!~
★にほんごでおしゃべり!
今後も多国籍な家族が安心して参加できる場所づくりを目指し、今年度は、地域で活動する団体様や企業様との連携を図っていきたくと思っています。今年度もやさしい日本語での防災講座を計画しています。

~外遊びの活動から~
★「わらべうたの会」つুকんこのお誘い
わらべうたは、いつでもどこでも口ずさむだけで楽しくなっちゃう魔法のうた。生活が楽しくなります。公園の自然で五感を育みながら、みんなでうたって遊んで成長していきましょう。
木曜11:15は中央公園「わらべうたの会」つুকんこへ!
詳細は<https://ameblo.jp/tukunko1999/>
わらべうたの会 つুকんこ 安永知栄

★「ゴンタで遊ぼう」in 流星台プレイパーク
外であそぼ!一緒にあそぼ!
「流星台プレイパーク」は桜保健センターのすぐ裏にあります。木々の若葉が伸び始め風も心地よい季節、歩き始めた小さい子もバギーの赤ちゃんも、それからママも自然に触れるひとときを過ごさじにきませんか?
手作り遊具を設置しているため、守番がいる活動日以外は入場できませんが、開いている時間内は出入り自由・申し込みは不要。詳しい日にちはつくば遊ぼう広場の会HPのカレンダーで見てくださいね。



★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 からのお詫びとお知らせ
3月は、カレンダーに予定を載せていながらお休みをしてしまいました。足を運んでくださった皆様、ごめんなさい。4月も、もう少しつくば市内の未就学児の感染が収まるまで、お休みします。

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) TEL852-4128
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・金・土曜 11:00-17:00 予約優先
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
- こじゅけい
東児童館 TEL851-4801 (コロナ流行が収まれば再開予定)
- 子育て休憩室
吾妻交流センター 和室 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 和室 TEL851-5263(ホシノ)
- kosodateはぐはぐ
前島レディースクリニック 内(手代木2005-6) =7/15移転=
TEL856-6658 FAX 859-0736
[検索]「kosodateはぐはぐ」Facebookページもあり
家庭訪問型子育て支援ホームスタート
hs298@kosodatehughug.org
- 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 TEL029-886-8985
HPあり rakufam@gmail.com
- ゴンタで遊ぼう
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。
「ゴンタで遊ぼうin流星台プレイパーク」Facebookあり
「つくば遊ぼう広場の会」HPあり TEL090-4067-2633
「自主保育コロポックル」HPあり TEL857-7949
「常総こ応援団」TEL0297-48-4911
- 産後TOMOサポ
yuuminthai@gmail.com
<https://www.instagram.com/yuumin.me/>
- 宍塚の自然と歴史の会
いろいろな活動がありますが、第4土曜日の「里山子ども探偵団」は幼児連れでも参加できます。集合場所はHPにて。
070-3245-3014(阿部)
- すくすく子育て広場
研究学園駅南側公園内「古民家つくばスタイル館」
TEL851-5263(ホシノ)
- 竹園土曜ひろば
竹園交流センター [検索]竹園土曜ひろば
参加問合せ:takezonohiroba@gmail.com
または TEL090-3047-1265(毛利)
- 多国籍子育て支援「にほんごでおしゃべり!」
にほんごでおしゃべり!プロジェクト(筑波大学国際看護学研究室内) Zoomほか
Facebook: @TSJ.simple.Japanese
Instagram: <https://www.instagram.com/oshaberinihongo/>
Email: oshaberinihongo@gmail.com
- 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)
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
・「例会」 月によって曜日・場所が異なります。要申込み。
・外遊び「はらっぱ」流星台プレイパーク。月1回程度、申込不要。



- いずれも問合せ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 TEL070-3245-3014(阿部)
- 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~中学生以上)
・まめつちよクラブ(1・2歳)
<http://mamenoki.whitesnow.jp/wordpress/>
- 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 つুকんこ
中央公園(雨天時 吾妻西児童館)
安永 tukunko1999@yahoo.co.jp
<https://ameblo.jp/tukunko1999/>

つくば市子育て支援拠点

- 市内には10カ所の子育て支援拠点があります。
Bivi出張ひろばが新しくはじまりました! ★new!
水曜日10:00-11:30 こどもの森広場と花畑ひろばで担当
Biviつくば2F 交流サロン又はイベントスペースで開きます。
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: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:TEL895-2970)
・なないろくらぶ(大角豆:にじいろ保育園:TEL:080-9095-4602)
・花畑ひろば(花畑:花畑保育園:TEL896-8001)

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/TEL886-3315)
・清水こどもクリニック(東2-31-8/TEL860-2525)
・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)
・ヒルトップクリニック(佐1004/TEL877-3130)
・なの花薬局つくば並木店(並木4-1-3/TEL851-0439)

※このカレンダーをwebで見つけたいときは、

- ①検索「かるがもねっとつくば」>かるがも・ねっと HP
(<http://www.tsukuba-karugamo.net>)
- ②つくば市HP「トップページ」>「関連リンク」
>「TSUKUBA子育てナビ」>「お知らせ」
>「子育て支援団体イベント」
>子育てカレンダー(外部リンク)

