



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」 要予約の詳細は、電話や各HPなどでご確認ください。記載のないところは予約不要です。</p>	<p>春日交流センター出張10:00-11:30 要予約 ★2日、16日、30日(火) 子育て総合支援センター担当 ★9日、23日(火) なないろくらぶ担当</p>	<p>北条保育所出張10:00-11:40 ★10日、17日、24日、31日(水) 子育て総合支援センター担当 Biviつくば出張 10:00-11:30 要予約 ★17日、31日(水) 花畑ひろば担当 ★10日、24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 要予約 ★17日、31日(水) おとなり担当 ★10日、24日(水) すぎのこクラブ担当</p>	<p>研究学園小学校児童クラブ出張 10:30-12:00 NEW! ★18日(木) 子育て総合支援センター担当 ★11日、25日(木) チェリークラブ担当 荻崎交流センター出張 10:00-11:40 ★11日、25日(木) 子育て総合支援センター担当</p>	<p>二ノ宮交流センター出張 10:00-11:30 ★19日(金) おひさまクラブ担当 ★12日、26日(金) かつらぎクラブ担当</p>	<p>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>	
1	2	3	4	5	6	7
<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「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>◆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>◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆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 ◆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(事前申込優先)</p>	
8	9	10	11	12	13	14
<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>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆すすく子育て広場 10:00-11:30 つくばスタイル館(研究学園駅前公園内) ◆にほんごでおしゃべり! 10:00-11:00 Zoomをつかいます 日本語を れんしゅう している ままや ばば が かんたんで わかりやすい日本語で おしゃべり<はなすこと>を します。日本人ママ・パパの参加も大歓迎です!(問合)うらめん</p>	<p>◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター和室 ◆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歳前後のお子さん対象 わらべうた 絵本の読み聞かせ、ちよつとした制作。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 並木交流センター和室 ◆常総こ応援団「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♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 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</p>	<p>◆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 *おもちゃ病院も開催(-15:30) ◆ゆめぼっぼ パネルシアター 11:00-11:30 並木児童館 ◆つくば自然育児の会5月例会 「心と体を温める発酵食 温活レッスン」 10:00-12:00 なかよし館(大曾根児童館) 要申込 [詳細裏面]</p>	<p>◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆おもちゃ病院さくらんぼ 13:00-15:30 春日交流センター工作室 ◆まめの木子どものお話会 10:30- ①幼児、低学年 11:15- ②中学年以上どなたでも 13:30- ③幼児、低学年 14:15- ④中学年以上 どなたでも まめの木文庫 できれば申込を ◆休日ままとーん「復職ママ集まれ!」 10:00- ままとーん事務所(要申込 詳細はHP)</p>	<p>◆まめの木子どものお話会 10:30- ⑤幼児、低学年 11:15- ⑥中学年以上どなたでも まめの木文庫 できれば申込を</p>
15	16	17	18	19	20	21
<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「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>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆inemuri 「うたとパンダのおはなし会」 10:30-11:00 さくら民家園</p>	<p>◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター和室</p>	<p>◆常総こ応援団「ゴンタで遊ぼう」 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 ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター和室 ◆わらべうたの会♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ</p>	<p>◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館</p>	<p>◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆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 ◆おもちゃ病院さくらんぼ 13:00-15:30 谷田部交流センター小会議室 ◆竹園土曜ひろば「ランチ交流会」 11:30-15:00 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。40食(事前申込優先)</p>	
22	23	24	25	26	27	28
<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「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>◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん事務所 ◆すすく子育て広場 10:00-11:30 つくばスタイル館(研究学園駅前公園内) ◆にほんごでおしゃべり! 10:00-11:00 内容(ないよう)は9日と同じです (問合)うらめん</p>	<p>◆つくば自然育児の会 外遊び「はらつぱ」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆子育て休憩室 10:00-12:00 吾妻交流センター和室</p>	<p>◆常総こ応援団「ゴンタで遊ぼう」 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 ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター和室 ◆わらべうたの会♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ</p>	<p>◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館 ◆つくばベビーリトミック 10:00-11:30 春日交流センター音楽室 6ヶ月~1才過ぎの親子 要申込[問] 詳細はHP 090-4834-8331(生方)</p>	<p>◆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 *おもちゃ病院も開催 ◆尖塚の自然と歴史の会「里山子ども探偵団」 9:45 集合-12:00 集合場所は HP</p>	
29	30	31	<p>カレンダー裏面も みてくださいね</p> <ul style="list-style-type: none"> ・・・裏面に内容や参加方法の詳細をのせています ・・・裏面に活動紹介、メッセージがあります 			
<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 [詳細裏面]</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 吾妻交流センター和室</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>			

サークル・団体からの情報

* ☎…基本情報に連絡先のある団体です



編集・発行: つくば子育て支援ネットワークかるがも・ねっと ☎ karugamonet.tsukuba@gmail.com

今月のピックアップイベント

つくば自然育児の会 ☎

●5月例会「心と体を温める発酵食 温活レッスン」
 風邪をひきやすい、頭痛、生理痛、肌荒れ、毎年ひどいアレルギー症状に悩まされている。そんな体のサインはありませんか？
 講師は、体質改善してなりたい自分を叶える料理教室を主宰されている小川原智子先生。子宮温活をキーワードに、玄米と野菜、発酵食を中心とした「体温を上げる食事法」を提案し、20年間で延べ1万2千人以上の生徒さんをサポートをされてきた先生から今すぐ始められる温活ライフについて幅広くお話いただきます。
 【日時】5月12日(金) 10:00-12:00
 【場所】なかよし館(大曾根児童館)
 【申込・問合せ】参加希望の方、問い合わせはメールにて。
 *5月7日(日)申込締切 *見学初回は参加無料

ままとーん「つどいの広場」プチイベント ☎

●つくばの保育園について学びよう
 つくば市こども政策課、保育コンシェルジュの方を迎え、つくば市の保育園事情について学びます。
 【日時】5月29日(月)10:30-11:30
 【場所】広場&Zoom (Zoomのみ要申込)
 ※この他にもプチイベント開催しています(詳細はHP)

kosodateはぐはぐ

●家庭訪問型子育て支援「ホームスタート」
 (令和5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」と思った時に、研修を受けた訪問ボランティアがご自宅に伺い、お話を聞いたり、一緒に育児や家事をしたりなど、子育ての悩みに寄り添うサポート支援です。
 ご利用にはいくつか条件がありますので、初めに担当者がご説明に伺います。(※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
 または、はぐはぐHPから申し込みフォーム有。

 =団体からのメッセージ=

★おもちゃライブラリーさくらんぼ
 3年ぶりに平常に戻ります！
 老人福祉センターとよさとのホールが開放になります。
 子どもたちが障害の有無に関わらず、おもちゃをとおして仲良く遊ぶことで「遊び」を豊かにするとともに、子育て中の親たちが情報交換したり交流したりする機会を提供しています。
 また、これまで通り、おもちゃの貸し出しや、おもちゃドクター(ボランティア)による無償のおもちゃの修理も行います。

★4月から出張子育て広場に変更があります！
 新設 研究学園小学校児童クラブ出張
 …毎週木曜10:30-12:00
 (大穂交流センター出張は中止)

現役ママが行く、子育て支援拠点♡No.3 ～かつらぎクラブの巻～

つくば市内に10か所ある子育て支援拠点、はじめこそドキドキするかもしれませんが、利用者の方からは「行ってよかった！早く知りたかった！」という声でいっぱいです。



さて、今回3歳の息子と遊びに行った『かつらぎクラブ』は、TX研究学園駅から車で5分、『かつらぎ保育園』内にある支援拠点です。子育て支援センター事業を開始したのが平成12年4月とつくば市では最も古く、長年親子の憩いの場として親しまれています。
 出迎えてくれたのは、明るくてユーモアたっぷり、話すだけで元気になるようなベテランの先生たち。アットホームな雰囲気、あつという間にその場の溶け込むことができました。



この日参加したひなまつりのイベントでは、自己紹介、歌(踊り付きでこんな楽しい歌い方があるものか、と驚き!)、劇あそび、ひなまつりの工作など、親子で楽しめる内容が盛りだくさん。ひな祭り飾りの工作で見本通りに進めたくないうちの息子に先生が「それいいね！それも素敵だから付けてみちゃう？」という温かい声掛けがとても嬉しく、また、子どもへの声掛けのヒントにもなりました。来ていた親子さんは、ここでお友達ができ、お馴染みの場所になっているようで、お子さんものびのび元気に遊んでいました。
 イベントは年齢別になっていて、0歳児の日には、たくさんの赤ちゃんが集まるそうです。手作りおもちゃやいろいろなおもちゃがたくさんあり、またお人形の収納が壁かけになっていたり、子育てに活かせるユニークなアイデアもたくさん詰まった素敵な拠点さんでした。電話で申し込みをして、ぜひ遊びに行ってみてください。(がくママ 記)

基本情報 (主な活動場所・連絡先) ☎

- 茨城YMCA子育て相談センター ぶどうの木
 茨城YMCAみどりのセンター本館(谷田部1562)
 TEL828-8189 毎週土曜日10:00-15:00
<https://www.ibarakiymca.org/regular/quince/>
- 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 日曜(13:00-)予約優先
 SNSで告知しています FB twitter LINE公式アカウントあり
 ☎ 298ehonya.nazuna@gmail.com
- おひさまKids
 並木交流センターなど TEL080-5434-8100
- おもちゃ病院 さくらんぼ
 老人福祉センターとよさと、春日交流センター、谷田部交流センター、イーアスつくば HPあり
- 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」
- 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 (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)
 TEL856-6658 FAX 859-0736
 家庭訪問型子育て支援ホームスタート
 検索「kosodateはぐはぐ」HPに申込フォームあり→
 Facebookあり ☎ hs298@kosodatehughug.org
- 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
 「自主保育コロボックル」HP/FB/IGあり TEL857-7949
 「常総っこ応援団」TEL0297-48-4911
- 産後TOMOサポ
 検索産後TOMOサポ ☎ yuuminthai@gmail.com
- 宍塚の自然と歴史の会
 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。集合場所は土浦市宍塚1887隣駐車場集合。
 ☎ sisitsuka.edu@gmail.com HPあり
- 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」
 つくば子育てナビに掲載 TEL851-5263(ホシノ)
- 竹園土曜ひろば
 竹園交流センター 参加申込はHP申込フォームから
<https://takezono-hiroba.amebaownd.com/>
 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
 ☎ oshaberinihongo@gmail.com
 Facebook: @TSJ.simple.japanese
 Instagram: <https://www.instagram.com/oshaberinihongo/>
- 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」FB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
- mama Luana
 ・赤ちゃんふれあいヨガ カピオリハ室他
 ・畑ヨガ:(有武平ファーム倉庫近くの畑
 公式LINE(@940mcrgs)またはHP
- まめの木文庫
 赤塚トーホーランド
 TEL838-2252 ☎ mamenokibunco@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 つくくんこ
 中央公園(雨天時 吾妻西児童館)
 ☎ tukunko1999@yahoo.co.jp
 安永 <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。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)
- ・子どもの森広場(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:TEL070-2493-9557)
- ・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)
- ・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「かるがもねっとつくば」で検索 >かるがも・ねっと HP (<https://www.tsukuba-karugamo.net>)
- ②かるがも・ねっと フェイスブック (<https://www.facebook.com/>) つくば子育て支援ネットワーク かるがもねっと-101721025960592)
- ③つくば市HPから >「つくば市子育てナビ」 >「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)

