

発行 鷺宮すこやか福祉センター  
 中野区若宮3-58-10  
 電話 3336-7111 FAX3336-7134  
[saginomiyasukoyaka@city.tokyo-nakano.lg.jp](mailto:saginomiyasukoyaka@city.tokyo-nakano.lg.jp)

《鷺宮すこやか福祉センター開設時間》  
 月曜日から金曜日 午前8:30から午後5:00  
 土曜日 午前8:30から午後5:00  
 (日曜日、祝日、休日、年末年始はお休み)

※新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、実施方法の変更や中止の場合があります。変更等の情報は中野区のホームページに随時掲載いたしますので、ご確認ください。

## 離乳食講習会

赤ちゃんの発育やペースにあわせ、楽しく無理なく離乳食をすすめてみましょう。赤ちゃんと一緒に参加できます。(各コース初めての参加の方が対象・各回同じ内容です)

◎初期・中期コース(5~8か月児)

8月21日(金)・10月16日(金)

◎後期コース(9~12か月)

9月18日(金)

◆各回ともに2部制

第1回 13:15~14:15

第2回 14:40~15:40

◆対象 各回先着10組

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター

◆申込み 講習会実施2週間前~(土日・祝日を除く)  
 鷺宮すこやか福祉センター03(3336)7111



## 歯っぴいお食事講座

妊娠期からの食事のポイントや離乳食にも応用できるレシピや口腔ケアについてお話しします。

◎9月11日(金) ※各回同じ内容です

第1回 13:15~14:15

第2回 14:40~15:40

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆対象 初めて出産をむかえる中野区にお住まい方で各回先着6名程度

◆申込み 講座実施日の2週間前~  
 鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111



## 歯のはえはじめ教室ビギナーズ

お子さんの歯磨き習慣の準備・保護者の方のお口の衛生について・親子でできる手遊びの紹介など。

◎9月30日(水)

第1回 10:00~10:45

第2回 11:15~12:00(各回同じ内容です)

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆対象 6~11か月のお子さんと保護者 8組

◆申込み先 鷺宮すこやか福祉センター

◆申込期間 8月21日(金)から受付

◆電話 03(3336)7111

## 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!(BPプログラム)

◆日時 9月29日・10月6日・13日・20日  
 (すべて火曜日・全4回)

◆対象 初めての赤ちゃんを育てているママと  
 2~5か月児

(2020年4月29日~7月29日生まれ)

◆時間 午後(詳細はHPに掲載します)

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター 2階

◆定員 先着10組

◆申し込み 鷺宮すこやか福祉センター

◆電話 03(3336)7111

◆受付開始日 8月28日(金)

◆参加費 テキスト代1,100円(初回のみ)



## ウェルカム!!はじめてママ

助産師や他のママと子育てや日々の思いをお話ししましょう。体重測定やベビーマッサージ等のミニプログラムもあります。

◎8月4日(火)・9月1日(火)

初めて子育てをするママと4ヶ月以下の赤ちゃんが対象

◎8月28日(金)

令和2年1月生まれのお子さんとお母さんが対象

◆会場 鷺宮すこやか福祉センター

◆定員 各回8組 ◆時間 13:30~14:45

◆申し込み期間 講座実施日の2週間前から

◆電話 鷺宮すこやか福祉センター03(3336)7111

## パパ!今がシャッターチャンス!

スマホから一眼レフまで。カメラで撮ろう!

子どもの最高の笑顔&おしゃべりタイム

◎9月26日(土)

◆時間 10:00~12:00

◆会場 若宮児童館 2階 元第3学童クラブ室

◆対象 乳幼児を育てている父親及び乳幼児

◆人数 先着10組(要予約)

◆講師 久保寺 誠氏(フォトグラファー)

◆申し込み 9月16日(水)10:00~

若宮児童館 03(3330)7899



# いってみようよ



# 児童館



※各児童館の情報は中野区のホームページ・各児童館のおたよりに随時掲載いたしますので、ご確認ください。

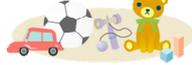
## 児童館の子育て仲間づくり支援事業

**若宮児童館** 若宮 3-54-7 ☎3330-7899

『みんなともだち』

水・金曜日 11:00~11:30

秋期は9月16日(水)から12月18日(金)です。



9月25日(金)・30日(水)は、10月の運動会の相談をします。いろいろアイデアを出し合って、楽しいプログラムにしていきましょう!

**西中野児童館** 白鷺 3-15-5 ☎3339-9826

『のびのびBABY・キッズ』

水・金曜日 11:00~11:30

体操、スキンシップ遊びなど、みんなで楽しくあそびましょう!

8月は7日まで実施しています。

秋期は9月2日(水)から始まります。

※詳細については児童館へお問い合わせください。

**大和児童館** 大和町 2-8-12 ☎3330-3261

『わんぱくキッズ』

火~金曜日 11:30~11:50の間に実施しています。

8月の「わんぱくキッズ」はお休みです。

秋期は9月8日(火)から始まります。

詳細については児童館のおたよりやホームページをご覧ください。

**鷺宮児童館** 鷺宮 3-40-13 ☎3337-8430

『ひまわりキッズ』

火~金曜日 11:30~11:45

体操や手遊び、パネルシアター、ペープサートなど行っています。

秋期は9月3日(木)から始まります。

9月29日(火)音あそび広場 11:30~11:45

(協力:小針さん、金子さん)

9月30日(水)おはなしくレヨン 11:30~11:45

(協力:ぐるんぱの会)

**かみさぎ児童館** 上鷺宮 3-9-19 ☎3998-0074

『ちびっこタイム』

火~金曜日 11:00~11:30

秋期は9月8日(火)から12月11日(金)です。

※9月30日は3B体操のためお休みです。

9月 9日(水)・9月25日(金)

くまちゃんタイム(地域の方の絵本の読み聞かせ)

9月24日(木)水道キャラバン2020 予定です。

9月30日(水) 3B体操 10:45~

(9/8より申し込み開始)

**大和西児童館** 大和町 4-14-9 ☎3330-5399

『ポヨヨン・キッズ』

火~金曜日 11:20~11:40

8月のポヨヨン・キッズはお休みです。

美鳩小学校夏期休業期間中の8月8日(土)~9月5日(土)はひよこルームをご利用ください。

秋期は9月15日(火)から始まる予定です。

詳細については児童館おたより9月号・ホームページをご覧ください。

## キッズ・フラザ武蔵台 乳幼児親子の居場所開放

上鷺宮 5-1-1 ☎3970-0440

毎週月曜日・火曜日 10:15~12:00

9月7日(月)から居場所の開放をいたします。自転車では来られません。ベビーカーか徒歩でお越しください。新青梅街道歩道橋近くのキッズ門でインターホンを押してお入りください。

## 鷺宮すこやか子育てひろば

月曜日 10:00~12:00 13:30~16:00

- ・37.5℃以上の発熱、咳等の症状がある場合はご利用いただけません。
- ・ご利用前に検温をお願いいたします。 ・保護者の方はマスクをお願いいたします。
- ・ランチタイムを中止します。12時~13時は退室していただきます。
- ・予定していた身体測定は実施いたしません。
- ・赤ちゃん用のラグは設置しません。必要な方はバスタオルをお持ちください。
- ・室内の密集を避けるために利用人数を10組程度とし、利用時間を1時間程度とする場合がありますのでご了承ください。