

# 1月 上尾市つどいの広場 あそぼうよ

つどいの広場「あそぼうよ」は、生後1か月～3歳くらいまでの赤ちゃん・子どもたちが、保護者の方と一緒に集える場所です。



あそぼうよのインスタです。フォローしてね！

2024年1月1日発行  
発行: 認定NPO法人彩の子ネットワーク  
上尾市つどいの広場「あそぼうよ」  
住所: 上尾市本町2-13-8 根貝戸団地1階  
電話: 048-778-5102  
(相談専用) 048-778-5103  
[http://www.sainoko.net/asobouyo/asobouyo\\_top.html](http://www.sainoko.net/asobouyo/asobouyo_top.html)

<開館時間> 月～土曜日 10:00～15:00(祝祭日除く) 1月4日(木)休館・1月21日(日)開館

プログラムは、来館でも、Zoomでも、参加できます。

寒い日でも、外出せずに、誰かと会えるZoom参加、おススメです！

## 【来館予約枠のご案内】

午前(10組程度)・午後(10組程度)

午前 10:00～12:00 午後 13:20～15:00

## 【ワンファミリースペース(要予約)】

ひと組の親子さんで過ごせる、感染予防に配慮したスペースです。くわしくはブログへ→



来館予約方法が変わっています！必ず、HP・ブログをご確認ください。

【予約開始日時】 12月25日(月)13時半～  
※午前とプログラムは、予約で来館していた  
だいています。  
※午後のの来館枠は、予約不要です。

アドレス: asobouyo@sainoko.net

電話: 048-778-5102

受付時間: 9時～17時

(日・祝を除く月～土・第3日曜)



## “家族も含めた検温”を！

子ども37.5度以上、大人37度以上の発熱や咳、鼻水などの風邪症状、強いだるさなどの体調不良がある場合や、発熱した場合、その翌日から5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでは、ご利用を控えてください。

## 来館時に必要なこと

- ・来館時に、検温をします。
- ・手洗いをお願いします。
- ・飲食はできません。(水分補給は可)

【持ち物】手拭き用タオル・ねんねの赤ちゃんはバスタオル・オムツ替えシート・水分補給のための飲み物

## 相談について

育児に関する悩み、どうしたらいいんだろうと思うこと、ちょっとしたことで遠慮なくどうぞ。来館・電話・メールでお受けします。

時間: 10時～15時

電話: 048-778-5103(相談専用)

メール: asobouyo@sainoko.net

## ☆独楽であそぼう☆

来館10組

1/6

13時30分～14時30分

協力: 行川一久さん  
(全日本独楽回しの会)



大きくなった子から赤ちゃんまで、見て楽しい独楽もたくさん！

## 折り紙タイム♪

1/11

来館6組+Zoom

13時40分～14時20分

※13時20分から来館可

※Zoomの方は、材料をあそぼうよに取りに来てください。



## ツナガル時間

1/15

Zoomのみ

## ★オンライン新年会★

13時半～14時15分

お正月スペシャルバージョンのツナガル時間です。お家にいながら、手遊び、絵本やおしゃべりを楽しもう♪



## 土曜日の子育てサロン 1/20

毎月第3土曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

パパもママと一緒に話せる場所。ともに子育てしたいから、それぞれ思うことを、言葉にしてみませんか？

アドボケーター: 渡邊寛さん(彩の子ネットワーク相談室担当)

Nちゃん(1歳1か月)は忙しい。本は出すもの、落っこつもの！



## 子育てサロン 1/25

来館5組+Zoom

毎月第4木曜日 10時15分～12時

子育てのうれしいも、たいへんも、みんなで持ち寄って、聴き合える場所。ちょっとほっとしにきませんか？聴いているだけでも大丈夫。アドボケーター: 渡邊寛さん(彩の子ネットワーク相談室担当)

## 亅ふたご座オリオン座(ふたご・みつご)サロン きょうだいもいろいろあるよね亅

1/16 10時15分～12時 来館4組+Zoom

ふたご・みつごを育てながら感じること、みんなで聴いたり話したりしませんか。多胎児を妊娠中の方も大歓迎です。

アドボケーター: 渡邊寛さん  
(彩の子ネットワーク相談室担当)



| 8日(月) |      | 9日(火) |     | 10日(水) |     | 11日(木) |     | 12日(金) |     | 13日(土) |     | 14日(日) |     |
|-------|------|-------|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-----|
| AM    | 大人の日 | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| PM    | 大人の日 | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| AM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| PM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| AM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| PM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| AM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| PM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| AM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |
| PM    | 🐼🐰🐻  | 🐼🐰🐻   | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 | 🐼🐰🐻    | 🐼🐰🐻 |

## 野の花ルーム

保健師さんが常駐しています。計測・相談等どうぞ！

1歳のKくん。大好きなたけのこちびちゃんの手遊びを真剣なお顔で！



🐼🐰🐻 は、手遊び・絵本のハッピータイムです♪

プログラムは、来館参加とZoomを使用したオンライン参加と、どちらでも参加できます。

**あそべる♪学べる♡子育てセミナー「べるべる」**

**1/19** 10時15分～12時  
来館6組+Zoom

保育士ジカちゃんの赤ちゃん・子どもに教えてもらおうとシリーズ再開第15弾!

**1月～3月のテーマ 個性がキラリ! その子それぞれのチカラが花開く生き方を探そう**

子育てセミナー「べるべる」は、わが子の日々の写真やエピソードを、みんなで共有しながら、赤ちゃん・子どもを知っていくセミナーです。

- 第1回 1/19: 子どもの側から考える “こだわり” ってなんだろう?
- 第2回 2/16: キモチが爆発するこんな時あんな時—その子の表現力にズームイン!
- 第3回 3/15: ワタシの “今” を大事に生きる姿から—その先に見えてくるもの

上記のとおり3回にテーマを分けて、今のその子らしい写真と、各テーマに関連した場面の写真を持ち寄る中で、考えていきます。アドボケーター: 渡邊寛さん(彩の子ネットワーク相談室担当)

**「サタデーべるべる」**

**1/27** 来館6組+Zoom  
10時15分～12時

復職して、土日お休みの方、ちょっと子どもが大きくなったママパパ向けに、「サタデーべるべる」を開催します。内容は、左記と同様ですが、参加する方のお子さんの年齢を考慮して進めます。平日参加できなかった方もぜひ!

**お産のこと、話そう 1/10** 来館5組+Zoom

毎月第1水曜日(今月は第2水曜日) 13時30分～15時  
妊娠、出産のこと、振り返ってみませんか? 現在妊娠中の方の参加も大歓迎です。

協力: 大谷久美子さん(助産師・保健師)  
伊藤匡子さん(助産師: ナラヤマレディースクリニック)

**マルチリンガル親子あそび**

**1/5** 来館10組+Zoom

毎月第1金曜日  
13時30分～14時  
※13時20分から来館可  
いろいろな国の言葉であそぼう!  
(ヒッポファミリークラブさん)

**作ってあそぼう! だるまさん♪**

来館6組+Zoom  
**1/22** ※10時から来館可  
10時30分～11時10分

※Zoomの方は、材料をあそぼうよまで取りに来てください。



**産後のバランスボール 1/12** 来館6組+Zoom

毎月第2金曜日 13時45分～14時45分 対象: 産後2か月～

Gボールインストラクター: 宮川ひろこさん & 徳永美穂さん

持ち物: 水分補給のための飲み物

※バランスボールは、貸し出します。※動きやすい服装でご参加ください。



**「ベビベビまむまむプログラム」のご案内**

赤ちゃんを知る「ベビベビとーく」、産後のママの気持ちを主役にした「まむまむとーく」をセットにしたプログラムです。どちらか片方の参加もOKです。現在妊娠中の方の参加も大歓迎です。

**土曜日のベビベビとーく 1/13** **ベビベビとーく 1/29**

毎月第2土曜日 10時15分～12時 来館6組+Zoom  
毎月最終月曜日 10時15分～12時 来館6組+Zoom

パパもママもおいで!“今のその子らしい写真”から、赤ちゃんを知るっておもしろい!! 赤ちゃんの表情や声、全身のおしゃべりに耳を傾けてみませんか?

アドボケーター: 渡邊寛さん(彩の子ネットワーク相談室担当)



**助産師さんと話そう 1/24** 来館6組+Zoom

毎月第3水曜日(今月は第4水曜日) 13時30分～15時  
助産師さんの話、相談もできる時間です。

協力: 伊藤匡子さん(助産師: ナラヤマレディースクリニック)

**産後の身体を整えるトレーニング 1/18** 来館10組+Zoom

毎月第3木曜日 13時30分～14時30分

協力: 大谷久美子さん(助産師・保健師・整体師)

持ち物: 水分補給のための飲み物 ※動きやすい服装でご参加ください。



**シングルマザーズサロン ほっと♡ふーっと 1/21**

毎月第3日曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

ひとりでこの子と生きていこうと決めた時のこと、調停や面会交流に向き合う大変、今の仕事と子育てのこと、子どもとの日常のやりとりの大変…。サロンで語り合い、聴きあうことで、一緒にこれからのことを考えていきませんか。

アドボケーター: 渡邊寛さん(彩の子ネットワーク相談室担当)

**わらべうたベビーマッサージミニ講座 1/26**

Zoom 13時20分～13時50分 定員制限なし

来館 14時～14時30分 10組 ※13時20分から来館可

持ち物: 赤ちゃんの下に敷くバスタオル インストラクター: 松永紀子さん



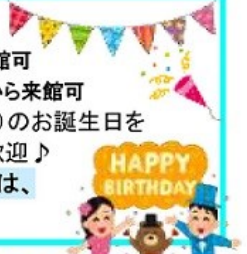
**お誕生会 1/31** 来館10組+Zoom

毎月最終水曜日 11時～11時30分 ※10時から来館可

14時～14時30分 ※13時20分から来館可

1月生まれのお友達(1月生まれのママ・パパもOK)のお誕生日をお祝いしよう! お祝いする側のお友達の参加も大歓迎♪

お誕生会の参加にかかわらず、誕生月のお友達には、手形 or メダル or カードのプレゼントがあります!



「マルチリンガル親子あそび」「作ってあそぼう!」「わらべうたベビーマッサージミニ講座」「お誕生会」「折り紙タイム」は、プログラムの時間以外も開館時間内はフロアで過ごすことができます。



**「そうだん室 どんぐり」のご案内**

相談にいらっしゃる方のためだけの一番小さな子育てサロンの場です。子育てのこと、子どものこと、ご自身のことなど、今思うことをゆっくりお話しいただけます。オンラインでも対応します。ご希望の方、随時予約を受け付けています。

なお、相談はお電話でもお受けしています。お気軽にどうぞ。

(相談電話) 048-778-5103

**★「出張あそぼうよ @かわらぶき」開館日★**

**1/15** (AM 通常開館 PM 赤ちゃんの時間)

**1/22・1/29** (通常開館)

各時間(10時～12時 / 13時20分～15時) 12組程度のご利用です。

来館の際の注意点や予約方法は、本町のあそぼうよと同様です。

場所: 尾山台みんなの広場(上尾市瓦葺2716 尾山台郵便局隣)

毎週月曜日 10時～15時

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、開館の状況が変わることがあります。ホームページや、ブログ、インスタでご確認ください。



HP



ブログ更新中!



あそぼうよのインスタです。フォローしてね!

お誕生日プレゼントの手形のカード♪