



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4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) 4/2(火)休館・4/21(日)開館

## 4月から開き方が変わります！

- 🐼🐻🐰の時間は、予約不要です。お昼の時間も閉じずに開いています。(食事不可)
- プログラムによっては、時間を区切って開館しますので、以下のカレンダーをご確認ください。
- プログラムは、予約をお願いします。

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)



予約について

【来館時間のご案内】 10:00～15:00

【プログラムの予約開始日時】

3月25日(月)13時半～

### ツナガル時間 4/15

★春ですね♪～子どもが、わたしがお互いが、うれしいおでかけをしたい！の会★

13時半～14時15分 Zoomのみ

うれしいお出かけて、どんなおでかけ？みんなで話そう、探してみよう！おでかけにまつわる手遊びや絵本も楽しもう♪



### 【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→



### 折り紙タイム♪ 来館10組+Zoom

4/11

13時40分～14時20分

※Zoomの方は、材料をあそぼうよに取りに来てください。



この日出会ったばかりだけど、姉妹のようなふたりにほっこり♪

### 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

来館 4組+Zoom

4/16 10時15分～12時

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)



うつぶせで滑るのがおもしろい！

### 土曜日の子育てサロン 4/20

来館5組+Zoom

毎月第3土曜日 10時15分～12時

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)

### 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！



皆さんと職員とで、ともに協力しあって、感染にも気をつけて、赤ちゃん・子どもたちとほっとできる場を作りましょう。

### ご来館にあたって…

【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

以下の方はご利用をお控えください。  
・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  
・発熱後、その翌日から5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでの期間

### ご来館のときは…

- ・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)

### 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

### 子育てサロン 4/25

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)

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
AM	🐼🐻🐰	お休み	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	お休み
PM	🐼🐻🐰		🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	13:30～マルチンガル親子あそび	🐼🐻🐰	
AM	🎉	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰
PM	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	13:30～まむまむとーく	13:40～折り紙タイム♪	13:45～産後のバランスボール	12:30～🐼🐻🐰	お休み
AM	🐼🐻🐰～12:30	ふたご座オリオン座サロン	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	子育てセミナー へるへる	土曜日の子育てサロン	シングルマザーズサロン
PM	ツナガル時間	12:30～🐼🐻🐰	13:30～助産師さんと話そう	13:30～産後の身体を整えるトレーニング	12:30～🐼🐻🐰	12:30～🐼🐻🐰	12:30～🐼🐻🐰
AM	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	子育てサロン	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰
PM	12:30～🐼🐻🐰	13:30～お産のこと話そう	🐼🐻🐰	12:30～🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰
AM	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰
PM	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰	🐼🐻🐰

### 公園であそぼう！ 4/30 10時～15時 出入り自由 場所: 平塚公園芝生広場

協力(午前): 山本ひとみさん(家庭教育アドバイザー・保育士) 持ち物: 敷物・お昼を食べる方はお弁当・水筒 ※雨天中止の場合は、室内での開館(10時～15時)になります。



は、手遊び・絵本のハッピータイムです♪ AM: 11:40頃～ PM: 14:40頃～

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」**

4/19 来館6組+Zoom  
毎月第3金曜日 10時15分～12時  
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16弾！

4月～6月のテーマ 私のキモチを真ん中に—ジブンの人生を切り開くココロの土台の育ち方  
「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 4/19： 赤ちゃん・子どもの側から考える“私の強さ”って何でしょう？
- 第2回 5/17： 人と関わるシーンから検証“相手の気持ちを大事にすること＝ワタシの気持ちを大事にすること”
- 第3回 6/21： 嬉しさ・悲しさ・不安など…何があってもすべてジブンの持ち味に！

～十人十色のココロの物語を持ち寄りて

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」**

4/27 来館6組+Zoom  
毎月第4土曜日  
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 4/23** 来館5組+Zoom

毎月第4火曜日 13時30分～15時  
妊娠、出産って、ひとりひとりの大事な体験。ゆっくり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)

毎月第4火曜日に変更になりました！

**マルチリンガル親子あそび**

4/5 来館10組+Zoom  
毎月第1金曜日  
13時30分～14時  
いろいろな国の言葉であそぼう！(ヒポファミリークラブさん)

**作ってあそぼ！紙皿ポシェット♪**

来館10組+Zoom  
4/8 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 4/12** 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。



**助産師さんと話そう 4/17** 来館6組+Zoom

毎月第3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)

**産後の身体を整えるトレーニング 4/18** 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 4/21**

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)

プログラムにご参加の場合は、開始10分前を目安にお越しください。  
お子さんも、場に慣れる中、ご参加できます。



**「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 4/13 毎月第2土曜日 10時15分～12時 来館6組+Zoom  
ベビベビとーく 4/22 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)



1か月のAくん。元気がいっぱい！

**まむまむとーく 4/10** 来館5組+Zoom

毎月第2水曜日 13時30分～15時  
産後の気持ちや身体、生活の変化など、産後の思いをみんなで聴き合えるママたちのおしゃべりの時間です。  
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)

**わらべうたベビーマッサージミニ講座 4/26**

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  
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 4/24** 来館10組+Zoom

毎月最終水曜日 10時30分～13時45分  
4月生まれのお友達(4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♪  
内容：手遊び・紙芝居・ミニパラバルーン  
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！  
※お誕生会当日にプレゼントを持ち帰りたい方、事前にご来館ください。

お祝いしたい子たちも集まれ！いっしょにあそぼう♪



**「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」開催日★**

4/1・4/22 (通常開催) 4/8 (通常開催 13:30～赤ちゃんの時間)  
4/15 (AM子育てサロン「ぼろぼろ」12:30～通常開催)  
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

ぼろぼろ4月のテーマは…  
「新しく始めたいこと  
やってみたいこと」



お誕生日プレゼントの手形のカード♪



あそぼうよのインスタです。フォローしてね！