

# 1月 上尾市つどいの広場 あそぼうよ

上尾市つどいの広場「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。妊娠中の方も  
ぜひ来てね！



あそぼうよのインスタ  
です。フォローしてね！



2026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。毎週月曜日 16時まで開館) 1/6(火)休館・1/18(日)開館

好評につき、1月も毎週月曜日は、16時まで開館します。(本町のみ)

- 12時～13時は、玄関スペースを開放して、持参した昼食を食べることができます。一日ゆっくり過ごせます。
- カレンダーの★マークがついているプログラムは、予約をお願いします。

【プログラムの予約開始日時】

- ・12月25日(木)13時半～
- ・右のメールまたは電話でお申込みください

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日曜日)



予約について

ようこそ赤ちゃん！ようこそママ・パパ！！

## 「ベビベビまむまむプログラム」

「ベビベビとーく」と「まむまむとーく」、両方参加することで、赤ちゃんとの日々がもっと嬉しくなるヒントを発見！  
どちらか片方の参加もOKです。

★まむまむとーく 1/14 来館5組+Zoom

毎月第2水曜日 13時30分～15時

ママになってびっくりしたこと、不思議に思うことなど、  
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)

★ベビベビとーく

1/26

最終月曜日

10時15分～12時

来館6組+Zoom

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？今のその子ならではの育ちに  
出会える嬉しい時間。ふれあい遊びや絵本も♪

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)

★土曜日も楽しいよ！

★土曜日のベビベビとーく

1/10 毎月第2土曜日

10時15分～12時 来館6組+Zoom

★赤ちゃんの時間 1/13

来館10組+Zoom 13時30分～14時30分

1か月の赤ちゃんから、集える時間。

ふれあい遊びで、赤ちゃんがご機嫌に！

★お産のこと、話そう

1/27 来館5組+Zoom

毎月第4火曜日 13時30分～15時

妊娠、出産、みんなどうだった？おし  
ゃべりできて、相談できる時間です。

協力：大谷久美子さん(助産師・保健  
師)・伊藤匡子さん(助産師)

妊婦さんも  
どうぞ！

★子育てセミナー「乳幼児の病気  
と事故のお話」 1/21 来館20組

10時～12時 家庭内の事故など

小児科のかかり方を学ぶ

場所：こども保健センター(旧東保健センター)

講師：細井千晴さん(県立小児医療  
センター小児救急看護認定看護師)

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  
としたことでも遠慮なくどうぞ。

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！ 1/17

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、楽しめる  
時間です。珍しい独楽も登場するよ！  
見るだけで楽しくなる独楽もたくさん♪

★マザーズハローワーク出張相談 1/27

10時～12時 来館4組 1組25分間、就労の相談(保育あり)

野の花ルーム

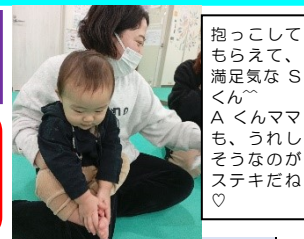
保健師さんが常駐しています。  
計測・相談等どうぞ！

【年末年始について】

12/29(月)～1/4(日)

まで休館です

初対面だけど、A  
くんママが大好き  
になった9か月の  
Sくん(右)。Aく  
んは困って泣い  
ちゃうけど、Sく  
んはAくんママの  
ところに行きたく  
てしょうがない！



抱っこして  
もらえて、  
満足気なS  
くん～  
Aくんママ  
も、うれし  
そうなのが  
ステキだね  
♡

	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)
AM	🐼🐰🐻		🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	★土曜日の ベビベビとーく	
PM	🐼🐰🐻 ～16:00	お休み	🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	13:45～★産後の バランスボール	🐼🐰🐻	お休み
	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)
AM		🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	★子育てセミナー べるべる	★土曜日の 子育てサロン	★シングルマザーズ サロン
PM	成人の日	13:30～ ★赤ちゃんの時間	13:30～ ★まむまむとーく	13:30～★産後の身体を 整えるトレーニング	🐼🐰🐻	12:30～通常開館 独楽であそぼう！	12:30～通常開館 🐼🐰🐻
	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)
AM	🐼🐰🐻	★ふたご座オリオン座サロン	★子育てセミナー「乳幼 児の病気と事故のお話」	★子育てサロン	🐼🐰🐻	★サタデーべるべる	
PM	🐼🐰🐻 ～16:00	12:30～通常開館 🐼🐰🐻	13:00～通常開館 🐼🐰🐻	12:30～通常開館 🐼🐰🐻	★わらべうた13:20～Zoom ハビーマッサージ14:00～来館	🐼🐰🐻	お休み
	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	
AM	★ベビベビとーく	★マザーズ ハローワーク	お誕生会 HAPPY BIRTHDAY	🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	
PM	🐼🐰🐻 ～16:00	13:30～★お産のこと話そう	10:30～ 14:00～	🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	🐼🐰🐻	

🐼🐰🐻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、どちらもあり！

悪天候や体調イマイチな日  
など、Zoom参加がオススメです！



※プログラムに来館でご参加の場合は、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。

## ★あそべる♪学べる子育てセミナー「べるべる」

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22弾！ 毎月第3金曜日 10時15分～12時

### 1月～3月のテーマ 赤ちゃん・子どもがぐーんと成長する時、いったい何が起きてるの？

赤ちゃん・子どもの成長って・・・すごい！いつの間にこんなことができるようになったんだろう？と、驚くこともしばしば。逆に、いつまでこんなふうなのかな？と、先の見えない成長を不安に思うこともある。そんなとき、子どもにどんなことが起きているのだろう。いっしょに考えてみませんか？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)

第1回 1/16: 赤ちゃん・子どもにとって不安や緊張ってどんなこと？～後追い・人見知りなど～

第2回 2/20: みんなの眠りにまつわる姿(寝姿・夜泣き・眠る前など)を持ち寄って  
～夜の子どもの成長を知る

第3回 3/19: 子どもの側から考える“保育園・幼稚園”～親から離れて過ごすってどんなこと？

「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。

小さなお子さんの  
ママ・パパもぜひ  
ご参加ください！



## ★「サタデーべるべる」

1/24 来館6組+Zoom

毎月第4土曜日

(10時15分～12時)

ちょっと大きくなった子の話も聴ける！土曜日が来やすいママパパ向けに、「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！

## マルチリンガル親子あそび ※今月はお休みです(次回 2/6)

毎月第1金曜日 13時30分～14時 ※Zoomで参加したい方は  
事前にお声がけください  
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)

## ★産後のバランスボール 1/9 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。



## ★産後の身体を整えるトレーニング 1/15 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。



## ★わらべうたベビーマッサージミニ講座 1/23

毎月第4金曜日

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



## ★シングルマザーズサロン ほっと♥ふーっと 1/18

毎月第3日曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

シングルで子どもといっしょに生きていくことになって、過ごす日々...自分に起きたことや、自分の気持ちを安心して話せたり、他の人の話を聴いたりしているだけでもいい。そんなサロンをシママの皆で開いています。

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)

いつも通りに遊ぶだけでもOK！作って楽しむこともできる日です。  
Zoomで参加したい方は材料をお渡ししますので事前にお知らせください。



## 折り紙タイム♪

1/8  
13時40分  
～14時20分

今月は、干支の  
絵馬をつくろう



## つくってあそぼ♪

1/5  
10時30分  
～11時10分

だるまさんをつくろう



## ★ふたご座オリオン座サロン 1/20

(ふたご・みつご・きょうだいの子育て♪みんな集まれ♪)

毎月第3火曜日 10時15分～12時 来館4組+Zoom

ふたご・みつご・きょうだい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。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)



## ★土曜日の子育てサロン 1/17

毎月第3土曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

パパもママも一緒に話せる場所。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)

## ★子育てサロン 1/22

毎月第4木曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

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)

## お誕生会 1/28 毎月最終水曜日

10時半頃～／14時頃～



手形の  
カード♪

1月生まれの子(1月生まれのママ・パパもOK)・お誕生月じゃない子もみんな集まれ！ミニパラバルーンで一緒にあそぼう♪手遊びや紙芝居もあるよ。バースデーフォトスポットで記念撮影もどうぞ。

※お誕生会当日にプレゼントを持ち帰りたい方は、事前にご来館ください

## 出張あそぼうよ@かわらぶき」開館日

1/5 (AM 通常開館 / ★赤ちゃんの時間13:30～15:00)

1/19 (AM 通常開館 / ★産後のヨガ13:30～14:15)

1/26 (通常開館)

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。

★マークのプログラムは、予約をお願いします。

※12時～13時は、昼食が食べられるように、飲食スペースを開放しています。

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

## 「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

★「産後のお母さんの心と身体を整えるヨガ」事前予約:10組  
講師：加藤真由美さん  
持ち物：バスタオル・水分補給のための飲み物  
※動きやすい服装でお越しください



ホームページ



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！