



子ども家庭支援センター すぐすぐひろば 0422-45-7710

2月のすぐすぐひろば

◆開館日：月曜日から土曜日（日曜・祝日はお休みです。）
 ※8日（日）は選挙の投票所となるため、7日（土）正午～9日（月）午後1時まで閉館します。（7日、9日のサロンコーナーは使用できません。）
 ※14日（土）・24日（火）は、講座開催のため12時30分開館です。

◆対象児：令和3年4月2日以降に生まれたお子さん

◆利用時間：午前10時～午後4時30分

＊サロンコーナー（飲食スペース）午前11時～午後2時
 （午後2時までに飲食を終えるようにご協力をお願いいたします。）

【手形】＊申し込み不要です。来館時に受付にお申し出ください。

2日（月）午前10時～12時・午後1時～2時

＊タオル・ウェットティッシュなど、手が拭けるものをお持ちください。

【計測（身長・体重）】＊申し込み不要です。来館時に受付にお申し出ください。

12日（木）・26日（木）午前10時～11時45分（最終受付）

午後1時～2時45分（最終受付）

⇒12日・26日ともに午前11時～12時の間、下連雀保育園の
 保健師がいます。子育て相談を希望の方はお申し出ください。※先着6組

【下連雀保育園の栄養士による栄養相談】

4日（水）午前11時～11時40分（最終受付）※先着6組

＊栄養相談の時間はお一人、6分とさせていただきます。

【★離乳食のお話～食べる力を育てるために～】

19日（木）午前11時～12時

対象：離乳食が始まった、おおよそ5～8か月の親子

申し込み制 8組 ★申し込み開始日 2月5日（木）10時～

【井の頭コミセン DE すぐすぐひろば】

19日（木）午前10時30分～12時 井の頭コミュニティ・センター
 令和3年4月2日以降に生まれたお子さんとその保護者の方が対象です。
 すぐすぐひろばの職員と一緒に遊びながら、日頃の育児のことなどお話ししながら過ごしましょう。

月	火	水	木	金	土	日
	おうたの時間が特別バージョンになります！お楽しみに♪				ひろばは閉館です。	1 ★ウェルカムパパ講座
2 手形	3 節分集会 (午前・午後おうたの時間) ④バナナぐみ (2/17)	4 栄養相談 ④ひよこぐみ	5 ★4か月までの赤ちゃんあつまれ ④離乳食のお話 (2/19)	6 ④うさぐみ (2/20) はじめてのすぐすぐひろば見学会 (2/20)	7 選挙のため12時から閉館です。	8 「お父さんのためのわくわく子育て」は選挙のため開催中止です。
9	10 ★ひよこぐみ ④音を感じながら親子でリラックス (2/24)	11 休み 建国記念の日	12 計測 (AM 保健師) ★ベビーヨガ 井の頭コミセン	13 ★うさぎぐみ ④ウェルカムパパ講座 (3/7) いちごぐみ (2/27)	14 ★ママパパのための育休復帰プログラム 14日（土）ひろばは12時30分開館です。	15 休み
16	17 ★バナナぐみ 24日（火）ひろばは12時30分開館です。	18	19 ★離乳食のお話 井の頭コミセン DE すぐすぐひろば ④助産師と一緒にふれあいベビーマッサージ (3/5)	20 ★うさぐみ ★はじめてのすぐすぐひろば見学会 ④はじめてのすぐすぐひろば見学会 (3/14)	21	22 休み
23 休み 天皇誕生日	24 ★音を感じながら親子でリラックス ④ひよこぐみ (3/10)	25 あかちゃんでまえとよかんにこにこ (10:00～11:20)	26 計測 (AM 保健師) ④ベビーヨガ 連雀コミセン (3/11)	27 ★いちごぐみ ④うさぎぐみ (3/13)	28	

年齢別あそびましょ	日程	※時間はすべて 10:15~11:15です
いちごみ (4~5か月のお子さん)	2月27日(金) ★申し込み開始日 2月13日(金)~	令和7年9月~10月 生まれのお子さんと母親4組 *初めて参加する方 
バナナぐみ (9~10か月のお子さん)	2月17日(火) ★申し込み開始日 2月3日(火)~	令和7年4月~5月 生まれのお子さんと保護者6組 *初めて参加する方
ひよこぐみ (1歳1か月~1歳4か月 のお子さん)	2月10日(火) ★申し込み開始日 1月27日(火)~	令和6年10月~令和7年1月 生まれのお子さんと保護者8組 *初めて参加する方
うさぎぐみ (今年度2歳になる お子さん) 「色であそぼう」	2月13日(金) ★申し込み開始日 1月30日(金)~	令和5年4月2日~ 令和6年4月1日生まれの お子さんと保護者8組
ぞうぐみ (今年度3歳になる お子さん) 「つくってあそぼう」 ~親子で工作を楽しもう~	2月20日(金) ★申し込み開始日 2月6日(金)~	令和4年4月2日~ 令和5年4月1日生まれの お子さんと保護者8組

ベビーヨガ 申し込み制 15組

2月12日(木) 10:30~11:30 会場 井の頭コミュニティ・センター
★申し込み開始日 1月29日(木) 10時~

赤ちゃんとお母さんと一緒にヨガを楽しみながら、リラックスしましょう♪
講師：ベビーヨガインストラクターのかおりさん
対象：初めて参加する令和7年5月~令和7年10月生まれのお子さんと母親
*動きやすい服装でご参加ください。

ベビーヨガ 申し込み制 15組

3月11日(水) 10:30~11:30 会場 連雀コミュニティ・センター
★申し込み開始日 2月26日(木) 10時~

講師：ベビーヨガインストラクターのかおりさん
対象：初めて参加する令和7年6月~令和7年11月生まれのお子さんと母親
*動きやすい服装でご参加ください。

音を感じながら親子でリラックス♪ 申し込み制 10組

2月24日(火) 10:15~11:00

★申し込み開始日 2月10日(火) 10時~

心地よい音楽が流れる中で親子がリラックスして、お互いを感じる時間をお体験しませんか？

講師：音楽療法士 門脇純子さん

対象：初めて受講する1歳~2歳11か月のお子さんと保護者

会場：すぐすぐひろば *動きやすい服装でご参加ください。

助産師と一緒にふれあいベビーマッサージ 申し込み制 各8組

3月5日(木) ①10:15~11:30 おおよそ5~8か月のお子さんと母親
(令和7年6月~令和7年9月生まれ)



②13:45~15:00 おおよそ4か月までの赤ちゃんと母親
(令和7年10月以降の生まれ)

★申し込み開始日 2月19日(木) 10時~

講師：助産師（三鷹市助産師会） 会場：すぐすぐひろば
♪助産師さんと一緒に、赤ちゃんとお母さんでベビーマッサージを

楽しみましょう。
*初めて受講する方が対象です。 *座りやすい服装でご参加ください。

ウェルカムパパ講座 申し込み制 8組

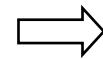
3月1日(土) 10:30~12:00 ★申し込み開始日 2月13日(金) 10時~

パパになった喜び、これからパパになる喜び、パパならではの子育てについてみんなで分かち合い地域で子育てをしていきましょう。

講師：助産師（三鷹市助産師会）

対象：おおむね8か月くらいまでの赤ちゃんと父親
これから父親になるかた、第2子以上の方も対象です。

会場：すぐすぐひろば *初めての方が優先です
*申し込みフォームでも申し込みを受付します



★印がついているものは、申し込みが必要な講座です。

④は申し込み開始日です。午前10時から電話 (0422-45-7710)

または、直接ひろばでお申し込みください。

*年齢別あそびましょは市内の方が優先、育児講座は市内の方が対象です。

