



まめっこまめっちょ

3月は春からの新しい生活に向けて準備をすることも多く、何かと忙しい日々が続きますね。やることが多い、頭の中がプチパニックになることも！？・・・。そこで、この時期になるといつもお伝えしていることがあります。人は80%以上の情報を視覚から得ているといわれていますので、やることを視覚化することがポイント。手帳であれば、いつまでに何をやるのかを1つ1つ書き出します。書くことで頭が整理され、やることが明確になり、わかりやすくなります。いつまでにどう動いたら良いのかがはっきりします。少し心のゆとりが持てるようになりますよ。そして後はそれをこなすだけ！終わったら「済」マークを付けていきます。スケジュール管理はスマホなどご自身のやりやすいもので良いと思います。ぜひやってみてくださいね！

調布市若葉町1-29-21

子育てひろば専用

03 (3307) 6155

東部児童館

TEL 03 (3307) 6146

FAX 03 (3307) 6147

http://www.city.chofu.tokyo.jp

月	火	水	木	金
3 ひろばおやすみ ★「ひなまつり リトミック」	4 おもちゃの ひろば	5 赤ちゃんひろば	6 幼児ひろば *身体計測	7 赤ちゃんひろば
10 幼児ひろば *誕生会	11 幼児ひろば 若葉分館「おはなしかい」 *避難訓練	12 赤ちゃんひろば *誕生会	13 幼児ひろば	14 赤ちゃんひろば *身体計測 (助産師相談なし)
17 ひろばお休み (館内清掃日)	18 幼児ひろば終了 幼児ひろば ★「大きくなったね」会	19 赤ちゃんひろば *身体計測 (先着順) 助産師相談	20 ひろばお休み (春分の日)	21 赤ちゃんひろば終了 赤ちゃんひろば ★「大きくなったね」会

子育てひろば春休み期間 (小学校春休み期間の為) 3/24 (月) ~ 4/9 (水) まで

自由開放日のお楽しみタイム、4月中のランチルームはお休みです。

(4月の予定は変更がある場合があります。)

改めて4月号をご確認ください)



4/10 (木) 幼児対象 自由開放	11 (金) 赤ちゃん対象 自由開放
14 ひろばスタート 幼児ひろば	15 幼児ひろば *身体計測
16 赤ちゃんひろば *身体計測	17 幼児ひろば
18 赤ちゃんひろば	

★**幼児ひろば** (月)・(火)・(木) 10:00~12:00

★ランチルーム 12:00~13:00 (月)~(金)

おおむね(しっかり歩けるようになった)1歳~就学前のお子さんと保護者

各自レジャーシートをお持ちください

★**赤ちゃんひろば** (水)・(金) 10:00~12:00

貸し出しはありません

生後2ヶ月~おおむね1歳(歩けるようになるまで)のお子さんと保護者とマタニティさん

※兄弟姉妹でご利用の際には、上のお子さんに合わせてひろばにお越しください。

※お願い ひろばに遊びに来るときは、**靴を入れるビニール袋を各自でお持ちください。**



〈医療機関の情報〉 ・毎月20日号の市報に翌月の休日診療当番医等が掲載されています。かかりつけ医が休日の際等ご利用下さい。

・救急相談センター #7119 救急かどうかについて電話で相談にのり、受診可能な医療機関の紹介をしてくれます。

・子どもの医療電話相談 #8000 平日夜間、休日の子どもの症状の対応について看護師、保健師などが相談にのってくれます

3月の催し

先着順の催しに関しては、原則的に市内の方優先とさせていただきます。ご了承ください。



★ひなまつりリトミック

この日のひろばはお休みです

音を聴いてリズムを感じて♪ 体を動かして、ひなまつりの雰囲気を楽しみましょう！フルートのミニコンサートもあります。

日時：3月3日（月）

① 幼児クラス

午前10:20~11:00

② 赤ちゃんクラス

午前11:20~12:00



（しっかり歩ける1歳以上の幼児と保護者）



（2ヶ月から歩けるようになる前の乳幼児と保護者）

講師：リトハビ（野原珠里氏：リトミック講師 井上秀美氏：ピアニスト・フルート奏者）

※参加ご希望の方は、お電話にてお問合せください。



今年度3回目の

おもちゃのひろば

東京おもちゃ美術館協力のもと、おもちゃのひろばを開催します。

日時3月4日（火）10:00~11:45 ※お楽しみタイムはありません

場所：遊戯室

内容：木のおもちゃやグッドトイで遊べます。おもちゃコンサルタントが来館して

おもちゃの紹介や遊び方を教えてください。

良質なおもちゃで遊ぶ体験をしてみませんか。

対象：0歳~未就学児のお子さんとその保護者



・身体計測 ※職員がお手伝いして、お子さんの身体計測を行います

幼児ひろば 3月6日（木）10:30~11:30（受付11:15まで）

赤ちゃんひろば ★計測時に使用しますので、バスタオルなど敷く物を忘れずにお持ちください。

①3月14日（金）10:00~11:30（受付11:15まで）計測

②3月19日（水）10:00~11:30計測・助産師相談 ※助産師相談ご希望の方は11時頃までにお越しください

当日の出席表の相談希望欄に○をつけてください。お待ちいただくこともありますので、時間に余裕を持っていらしてください。

*助産師相談とは・・・赤ちゃんの成長・発達のこと、ミルクや母乳のこと、ママの体のケアなどが相談できます。

赤ちゃんもママも楽な抱っこの仕方なども教えてくださいませよ！些細なことでもお気軽にご相談ください。

幼児ひろば対象の方も、助産師相談をご利用いただけます。ご希望の方は職員までご相談ください



若葉分館司書さんによる『おはなしかい』

3月11日（火） 11:15~11:35 幼児ひろば内

司書さんセレクトの絵本読み聞かせ・わらべうた手遊びなどがあります。



●ひろば避難訓練



3月11日(火) 11:40～ **雨天中止** ※当日は終了次第、解散となります。お楽しみタイムはありません。

子育てひろばでは、年に1度を目安に避難訓練を実施しております。地震や火災などの震災が起きた際に、どのように避難するのかをひろば内の時間で実際に行い、いざというときに安全に避難できるように訓練しています。

また、3月10日(月)～3月14日(金)を防災週間とし、お楽しみタイムの時間に

『児童館の防災対策』『防災用品』の資料を配布したり、防災のお話も少しさせていただきたいと思います。



3月の誕生会♪

※誕生カードと冠をプレゼント！お楽しみタイムでお祝いしましょう！

- ・幼児ひろば 3月10日(月)
- ・赤ちゃんひろば 3月12日(水)

誕生カード用に手か足のスタンプをとります。ご希望の方は**11:00頃まで**にお越しください。

*指定日にご都合がつかない方は、別日で対応致します。ご相談ください。...



みんな『おおきくなったね』企画



① おなまえ缶バッジ制作

今年度、東部児童館子育てひろばをご利用いただいた方に、東部児童館子育てひろばキャラクター「まめっこまめっちょ」入りデザイン缶バッジをお子様の名前入を入れてお作りします。

申込み期間：2月28日(金)～3月10日(月)まで

申込方法：期間内の子育てひろばで直接受付

(ご自身の分のみ。お友達の分などの受付不可)

対象：今年度東部児童館子育てひろばをご利用いただいたお子さま

(ひろばご利用の兄弟姉妹分のお作りは可能)

お渡し：ひろばでの「おおきくなったね」の会にて。

ご都合がつかない方は18日(火)～3月末までに受け取りに児童館までいらしてください。



イメージ

② 「おおきくなったね」の会 ※申込は必要ありません

幼児ひろば：3月18日(火) 11:30～12:00

赤ちゃんひろば：3月21日(金) 11:30～12:00

★皆で歌、手遊び、絵本等を楽しみたいと思います。当日は11:20頃、お片付けとなります。



この1年の一人ひとりの成長を皆で喜び合いましょう。ささやかな会ですが、ご都合の合う方は是非ご参加ください。

4月からは保育園、幼稚園、お引越しなどで新しい場所に行かれる方もいらっしゃると思います。

どうぞお元気で！またお会いできますことを楽しみに♪

1年間ありがとうございました！！



「子育てひろばアンケート」にご協力頂きまして、ありがとうございました！

今年度「子育てひろば」をご利用になってのご意見、ご感想をひろばご利用の方に記入いただいています。

アンケート集計結果は、3月にひろばに掲示いたしますので、ご自由にご覧ください。また、お声を掛け

させていただいていない方には、ご協力をお願いしたいと思いますので、どうぞよろしく願いいたします。

皆様の貴重なご意見、ご感想は次年度以降のひろばにいかしていきたいと思ひます。



令和7年度利用登録・名札について



ひろば利用登録は年度ごとの切り替え制ですので、4月以降の初回利用時にまた新たにご記入をお願いいたします。併せて、名札も年度初めに新しく作り直しをお願いいたします。お手数をお掛けしますが、ご協力よろしくをお願いいたします。名札のお名前の紙を記念に欲しい方は、ご利用最終日にどうぞお持ち帰りください。

ひろばご利用に際してのお願い



お子さん本人が在園している幼稚園、保育園などが学級閉鎖になった場合、症状が出ていなくても「ひろば」「児童館」は利用できません。学級閉鎖は、感染の広がりを防ぐものですので、自宅でゆっくり過ごしましょう。



- ・風邪症状やいつもと違う様子（熱が37.5度以上ある、食欲がない、母乳などの飲みが悪い、機嫌が良くないなど）がある時は、ひろばの利用をお控えください。お家でゆっくりしましょう。



子育てひろばのご利用ありがとうございました！！



『はじめの一步』 作詞：新沢としひこ 作曲：中川ひろたか 編曲：増田裕子
小さな鳥が うたっているよ 信じることを わすれちゃいけない
ほくらに 朝が おとずれたよと かならず 朝は おとずれたよと
きのうと ちがう あさひがのぼる ほくらの夢を なくしちゃいけない
川の ながれも かがやいている きっと いつかは かなうはずだよ
はじめの一步 あしたに一步 はじめの一步 あしたに一步
きょうから なにもかもが きょうから なにもかもが
あたらしい あたらしい
はじめの一步 あしたに一步 はじめの一步 あしたに一步
勇気をもって 大きく 生まれかわって 大きく
一步 歩きだせ 一步 歩きだせ



★子育ては、毎日がはじめの一步ですね。ドキドキ緊張したり、不安なことも沢山あると思いますが、どうぞ勇気を出して一步踏み出してくださいね！でも、「ちょっと聞いてみたいな」「心配だな」と言うときは、一人で抱えこまず周りの人を頼ってください。子育てはみんなでするものですから。これからも、子育てひろばはいつでも皆さんを待っていますよ！