

ふたご・みつごの交流会

多胎育児特有の悩みや子育て情報について、保健師・助産師と一緒に話せる会です。

期 1月27日(木)、2月18日(金)

時 午前10時～11時

対 市内在住の生後2カ月～2歳の双子・三つ子と保護者

定 各申し込み順8組

所 申 電話で佐須児童館 ☎481-0348へ

子ども家庭支援センターすこやか

〒182-0022 国領町3-1-38 ココスクエア2階

☎481-7733 (午前9時～午後5時) 専用 ☎あり

●小児科医による健康相談

日 1月12日(火)午前10時30分～11時30分

講 貫井清孝(すこやか協力医)

定 申し込み順5人 申 電話または直接すこやかへ

他 治療行為は行いません

●ファミリー・サポート・センター事業説明会

子育てのお手伝いをしてほしい方(依頼会員)と協力できる方(協力会員)を結ぶ事業です。

日 1月18日(火)午前10時～11時

定 申し込み順10人

他 オンラインでも参加可

申 電話または直接すこやかへ

①エンゼル大学「あつというまに片づけられる整理収納の秘訣」講座

日 1月22日(土)午後2時～3時

対 市内在住の未就学児の保護者

内 親子でできる片付けの方法

講 仁礼恭子(整理収納アドバイザー)

定 20人程度(多数抽選)

申 12月21日(火)午前9時～27日(月)午後5時にEメールで

E yoyaku@jigyodan-chofu.comへ

②サンデーコロパン

日 1月30日(日)午前10時～11時30分(受付10時～10時15分)

対 市内在住で令和3年1月1日～10月30日生まれの子どもと保護者

内 親子遊びなど

定 40人程度(多数抽選)

持 よだれかけ(表面に大きく名前と誕生日を明記)、母子健康手帳、バスタオル

申 12月21日(火)午前9時～27日(月)午後5時にEメールで

E panda@jigyodan-chofu.comへ

①②共に

他 詳細はすこやか ☎参照

●令和4年度上半期(4～9月)の

トワイライトステイ事業利用会員登録申請

就業などで保護者の帰宅が恒常的に遅い場合に、平日の午後5時～10時、子どもを預かります。

対 市内在住の1歳6カ月～小学6年生

定 各日16人

申 申請書(すこやか窓口で配布、またはすこやか ☎から印刷可)を1月17日(月)～2月15日(火)に直接すこやかへ



臨床心理士による高齢者こころの相談室

日 1月11日(火)午後

所 文化会館たづくり3階305学習室

対 認知症の家族を介護している市民

講 北村世都(臨床心理士)

定 申し込み順2人

費 無料

申 電話で高齢者支援室 ☎481-7150へ

簡単! 10の筋力トレーニング講座 オンライン同時実施

立つ、座る、歩くなど日常生活動作に応じた筋力を鍛えます。運動に自信の無い方も、安心して参加できます。

日 1月13日(木)午前10時～11時30分

所 ①総合福祉センター2階201～203会議室

②オンライン(ZOOM)で配信

対 65歳以上の市民で要介護の認定を受けていない方。医師から運動制限を受けている方は医師に相談後受講

定 申し込み順①40人②10人

費 無料

持 飲み物、汗拭き用タオル

申 12月21日(火)から①電話で高齢者支援室 ☎481-7150へ

②Eメール件名に「10の筋力トレーニング申し込み」、本文に住所、氏名、生年月日、電話番号、Eメールアドレスを明記し、E kourei@w2.city.chofu.tokyo.jpへ

JリーグFC東京 高齢者体操教室

保健師による介護予防の講義後、FC東京のトレーナーの指導で、高齢者向けにアレンジされた運動を楽しみます。

日 1月20日(木)午前10時～正午

所 文化会館たづくり1階むらさきホール

対 市内在住の65歳以上で、医師から運動制限の指示を受けていない方

定 申し込み順16人

費 無料

持 室内用運動靴、飲み物

申 12月21日(火)～1月7日(金)に電話で高齢者支援室

☎481-7150へ

調布ゆうあい福祉公社相談事業

▲内科医師による健康相談

日 1月20日(木)午後1時30分～3時

▲弁護士による法律相談

日 1月21日(金)午前10時30分～正午

▲精神科医師による健康相談

日 1月25日(火)午後2時～3時30分

▲～▲共に

定 申し込み順2人(1人40分)

費 無料

申 前日までに電話で(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7711へ

認知症サポーター養成講座

①一般向け

日 1月21日(金)午後2時～3時30分

所 文化会館たづくり8階映像シアター

対 市内在住・在勤・在学の方

②親子向け

日 2月6日(日)午前10時～11時30分

所 調布ゆうあい福祉公社(国領町3-8-1)

対 市内在住の小・中学生と保護者

①②共に

定 申し込み順①30人②16人

費 無料

他 受講者に「認知症サポーターカード」を進呈

申 電話で(公財)調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7711

要約筆記体験会～聞こえにくい方へ 文字で伝えるコツを学ぼう～(全3回)

期 ①2月4日(金)②18日(金)③25日(金)

時 午前10時～正午

対 市内在住・在勤の方

講 片岡和代(要約筆記養成指導員)

定 20人(多数抽選)

費 無料

他 オンライン(ZOOM)で開催

申 1月5日(火)～21日(金)にドルチェ ☎481-7800・

☎444-6606へ

認可保育園や幼稚園などが実施する 地域交流事業・園庭開放

対 就学前の子どもと保護者

申 12月21日(火)以降の月～金曜日午前9時30分～午後4時に各保育園・幼稚園へ※車での来場不可。詳細は市 ☎(右のQRコード)参照。申し込みが必要な場合 要申 と記載



公・私立保育園の地域交流事業

●オリンピア保育園 ☎482-4331

オンライン子育て講演会 何でも聞いてみよう、子育て相談2 要申 期 2月4日(金)

●双葉保育園 ☎485-6651

園庭開放 要申 期 1月14日(金)

●レオ保育園 ☎488-4127

園庭で遊ぼう(シャボン玉) 要申 期 1月13日(木)

●エンゼルランド ☎480-6860

保育園でどんなところ? 要申 期 随時

0歳児保育体験 要申 期 随時

たこあげ 要申 期 1月中旬

●調布なないろ保育園 ☎444-3900

離乳食講座(初期～完了期) 要申 期 12月22日(火)

一緒に散歩に行こう 要申 期 1月13日(木)

●調布城山保育園 ☎452-9496

公園で遊ぼう会

期 12月23日(木)、1月13日(木)・20日(木)

●エンゼルシー ☎480-8010

0歳児保育相談 要申 期 随時

●城山保育園上石原 ☎490-2031

お外で遊ぼう 要申 期 1月20日(木)

●調布ヶ丘ちとせ保育園 ☎442-4661

クリスマス製作 要申 期 12月23日(木)

鬼の製作 要申 期 1月25日(火)

●菊野台かしのみ保育園 ☎444-1467

体操・ダンスと園庭開放 要申 期 1月21日(金)

●つつじヶ丘どろんこ保育園 ☎03-5315-9412

筆で遊ぼう 要申 期 1月7日(金)

●深大寺東町ちとせ保育園 ☎444-8091

親子で作ろう～クリスマスツリー～ 要申

期 12月22日(火)

●太陽の子つつじヶ丘保育園 ☎490-0161

新年お楽しみ会 要申 期 1月7日(金)

おはなし会と手袋人形作り 要申 期 1月19日(火)

幼稚園の園庭開放

●調布白菊幼稚園 ☎03-3309-6111

キッズランド(園庭開放) 要申

期 2月14日(月)

申 1月1日(祝)から園 ☎で受け付け

●児童虐待の「早期発見」は、子どもと保護者を必要な援助につなげるための第一歩です

虐待されている子どもや、その保護者は援助が必要です。虐待が疑われる行為を発見した場合はご連絡ください。なお、連絡した方の個人情報は守られます。

期 午前9時～午後5時(第3土曜日とその翌日、年末年始を除く) 申 子ども家庭支援センターすこやか ☎0120-087-358(子ども政策課)