

たんぽぽうしん

12月号



令和7年11月25日発行
No.21
発行 国領児童館(運営事業者：
調布市社会福祉事業団)
☎042-485-8423
子育てひろば専用
☎042-485-8488



今年もあと少しで終わりますね。大人になってからの1年の経過は、ものすごく早いですね。国領児童館周辺の公園では、木枯らしが吹き、きれいに紅葉した葉っぱが舞っています。その葉っぱとバリバリ音を立てながら歩くと、とてもいい気分です☆

月	火	水	木	金	土
11/24 祝日	11/25	11/26	11/27	11/28 病気の手当講座 ※ひろばやすみ	11/29
1	2 クリスマス会 申込受付開始	3	4	5	6
8	9 一計測週間 10:30~11:30	10	11 各ひろばにて	12 助産師相談	13
15	16	17	18	19 クリスマス会 クリスマスツリー	20
22	23	24	25 ひろば最終日	26	27
29	30	31			
—1月7日までひろばはおやすみです— (児童館は12月28日から1月4日までおやすみ)					



助産師相談 …

国領児童館 …

10時～12時 (月～金) 遊戯室

10時～12時 (火・金) 図書室

11時40分～12時

9時～12時 全館使えません

12時～13時 (熊開催時のみ)

10時～12時

10時30分～11時45分

9時～12時/13時～17時 (日祝休)

平日の午後・土曜も児童館で遊べます。
図書室に赤ちゃん用のおもちゃ・絵本があります



国領児童館子育てひろば

クリスマス会

～うたおう・おどろう・つくろう・わらおう～

2025年 12/19金 10:30~11:30

場所 遊戯室

対象 乳幼児50名とその保護者

内容 ハンドベル・手遊び・パネルシアター
工作・ダンス・マジックショー

申込 12月2日（火）10:00～
来館または電話にて（日祝除く）

サンタさんからプレゼントがあるかも・・・

調布市社会福祉事業団





助産師相談

日時：12月12日（金）
10:30～11:45

内容：助産師さんが、母体のこと
・赤ちゃんのことなど、健康に関する
相談にのります。

場所：図書室

申込：不要
(当日職員にお声かけください)

ネットでは聞けない自分の
悩みを直接聞いてみよう

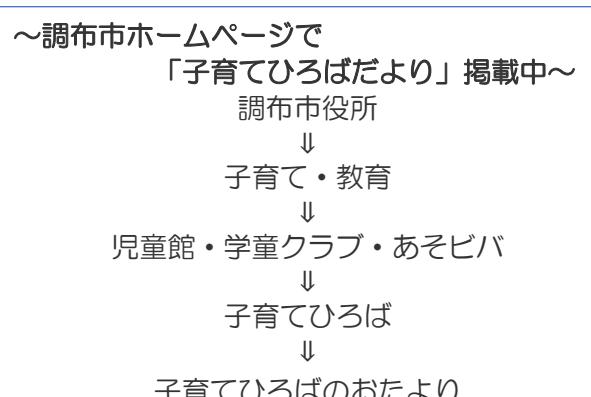


みなさまへおねがい
☆保護者の方は、災害時等の足の保護のため、できるだけ上履きをご持参ください。
☆写真撮影について、講座や行事等でご自分のお子さんを撮影する場合、他のお子さんも一緒に写ってしまう場合があります。その画像をYouTube等の動画サイトやSNSに投稿することはおやめください。

子育てひろばがない日も国領児童館へ
未就学児の親子も、平日・土曜日の利用ができます。図書室に乳幼児向けのおもちゃも用意しています。

※日曜・祝日はお休みになります。詳細は毎月発行のたんぽぽつうしんをご確認ください。

ランチルームがある日はランチルーム利用後13時からまた図書室等で遊びという使い方もできます。



《1月の予定》

- 1日（木）～7日（水）ひろばおやすみ
- 8日（木）幼児ひろばスタート
- 9日（金）助産師相談
- 15日（木）館内清掃
- 19日（月）親子でいっしょに劇遊び
- 23日（金）ズンバ
- 27日（火）赤ちゃんお誕生日会
- 28日（水）幼児さんお誕生日会
- 31日（土）寿獅子舞

子どもはよく見てるよね

作:かとちゃん



気持ちも身体もリフレッシュ！



『じゃがいものポタージュ』

【材料】(1人分)

じゃがいも	1個
鶏がらスープ	1カップ
すりごま(白)	少々

【作り方】

- ① じゃがいもの皮を剥き、すりおろす。
- ② 鶏ガラスープを鍋に入れて煮立て、①を加える。
- ③ 軽く煮立ったら器に盛り、白すりごまをトッピング。

少し動いただけですぐ疲れてしまう。そして、便秘気味。お腹にチカラが入りにくく、便を押し出せない可能性が大きいです。お年寄りや女性に多いタイプの便秘です。こんな方にはじゃがいものスープがおすすめです。

元気、勇気、やる気をじゃがいも食べて養いましょ！なんならこの際、ポテトチップだっていいくらい！？でもほどほどにね！

今年もお世話になりました。あんなことやこんなことやいろいろあって慌ただしい1年でしたね。今年は特に夏が長かった印象がありますが、季節はめぐります。季節がめぐる分、お子さんは成長します。同時にお母さんお父さんだって保護者として強くたくましく進化していることを我々は子育てひろばで日々感じています。また来年もお気軽に子育てひろばをご利用ください。

