

たんぽぽつうしん

1月号



令和7年12月25日発行

No.22

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



あけましておめでとうございます。2026年も子どもたちの笑顔や保護者のホッと
した表情が見られるように、職員一同笑顔いっぱいの子育てひろばをお送りしたいと
思います。今年もよろしくお願いいたします。

月	火	水	木	金	土
5 ー1月7日までひろばはおやすみですー (児童館は開館しています)	6	7	8 親子劇申込開始 計測週間 10:30~11:30 	9 ズンバ申込開始 助産師相談 	10
12 祝日	13 獅子舞申込開始 	14 	15 	16 親子体操 申込開始 	17
19 親子劇 フリーランド	20 	21 	22 	23 ズンバ講座 ひろばおやすみ	24
26 	27 	28 	29 	30 	31 寿獅子舞
2/2 	2/3 	2/4 	2/5 親子体操講座 ひろばおやすみ	2/6 	



…幼児ひろば

…赤ちゃんひろば

…お誕生会

…館内清掃

ランチルーム…

フリーランド…

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（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。

図書室に幼児さん用のおもちゃ・絵本があります



国領児童館子育てひろば

ことぶきししまい

寿獅子舞

金子囃子連

1月31日(土)

午前:10:30~11:30

当日は時間に余裕をもって
おこしください

場所:国領児童館遊戯室

申込:1月13日(火)10:00~
来所又は電話にて(日祝休み)



2026年も頭を噛まれて幸福を

うさぎの森企画
国領児童館子育てひろば

親子でいっしょに劇遊び どこいくのかめきちくん

2026
1/19 月

0歳～1歳 10:30～11:00
2歳～3歳 11:20～12:00

場所 国領児童館 学習室

演じる人 うさぎの森企画
大森靖枝さん・三根政信さん

プログラム

- ・手遊び
- ・おやこでいっしょに劇遊び「カメきちくん、どこいくの？」
- ・おやこでいっしょに新聞紙あそび
- ・新聞紙を使った短いお話あそび

申込 1/8 (木) 10:00～電話または来所にて

国領児童館子育てひろば

親子体操

2月5日(木)

10:30～11:30

場所 遊戯室

対象 1歳2ヶ月以上の親子

講師 安齋 治子先生

内容 前半親子で体操
後半保護者のストレッチ

申込 1月16日(金) 10:00～
来所または電話にて(日祝除く)

※この日は、ひろば、フリーランド
おやすみです

《2月の予定》

- 5日(木) 親子体操(要申込)
- 14日(土) おかいものごっこ(要申込)
- 17日(火) 赤ちゃんと一緒に遊ぼう(要申込)
- 20日(金) おもちゃひろば(申込不要)
- 21日(土) おもちゃひろば(申込不要)
- 24日(火) 助産師相談
- 25日(水) 幼児さんお誕生会
- 27日(金) 赤ちゃんお誕生会

助産師相談

日時：1月9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

ネットでは聞けない自分の
悩みを直接聞いてみよう

申込：不要
(当日職員にお声かけください)



ズンバ講座

親だって自分の時間を楽しんでいい

1月23日(金)

10:30～11:15

場所 遊戯室

対象 乳幼児のいる保護者15組

講師 安本 美穂氏

内容 講師の動きに合わせて
ズンバをおどろう

申込 1月9日(金) 10:00～
来所のみ受付(日祝除く)

※お子様は別室で職員と過ごします。
お子様の負担軽減のため、初来館の方は講座
までに数回の来館をおすすめします。

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
のたんぼぼうしんをご確
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ぶと
いう使い方もできます。

調布市ホームページ 「子育てひろばだより」

掲載中

調布市役所



子育て・教育



児童館・学童クラブ・

あそびバ



子育てひろば

国領児童館子育てひろば

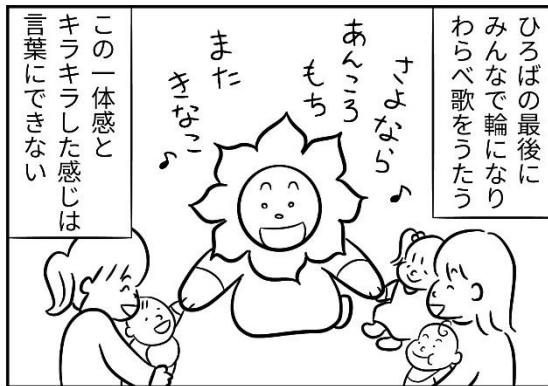
インスタグラム



ちなみに更新はゆっくりです...

オリジナル・ホイ

作:かどちゃん



※このお話は、実話をもとに描いています。

気持ちも身体もリフレッシュ！



『ホットジンジャーエール』

【材料】(1人分)

辛口のジンジャーエール 飲みたい分
スライスしたレモン 1枚(厚みは調整)
又はレモン汁 小さじ1

【作り方】

- ① ジンジャーエールを耐熱ガラスに入れて電子レンジ(500W)に2分加熱。
- ② スライスしたレモンもしくはレモン汁を入れる

炭酸を電子レンジで温めるなんてどうかしてるわ、なんて驚く方も多いですが、意外とおいしい。末端冷え性の方の方にも、ただ身体を温めるだけでなく気を巡らせるチカラがあるので、イラっとした気持ちもスッキリします。そしてなんといっても手軽に作れるドリンクです。いかに頑張らないか。それが大事☆

新年はお正月遊びしよう

2026年もよろしくお願いいたします。
新年あけた一週間は、昔からある遊びの羽根つき、かるた、こま回し等を行います。羽根つきにはお子様の厄払いの意味があるそうです。遊びにも様々な意味があるのですね。

皆様の来館をお待ちしております。

さよなら 2025年..
ステキな年よ また きなこ♪



来年もよろしくお願いします