

たんぽぽうしん

2月号



令和8年1月25日発行

No.23

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



2月といえば節分ですね。節分は1年の節目とされ、新しい年を迎える前に厄(鬼)を払う行事です。鬼は外、福は内を言い、鬼を追い出し、福が出てい行かないようにしましょう。国領児童館に、今年はどんな鬼がくるのかな…。

月	火	水	木	金	土
1/26	1/27	1/28	1/29	1/30 赤ちゃんと遊ぼう 申込開始	1/31 寿獅子舞
2	3 鬼がくるかも?	4	5 親子体操講座	6	7
9	10 リトミック 申込開始	11 祝日	12 ひろばおやすみ	13 春のコンサート 申込開始	14 おみせやさん ごっこ
16 火災訓練	17 赤ちゃんと遊ぼう 赤ちゃん誕生会 フリーランド	1春のコンサート 申込開始	H9	20 おもちゃひろば おもちゃひろば	21
23 祝日	24 助産師相談	25 計測週間 10:30~11:30	26	27 みんなのひろば	28

	…幼児ひろば	10時～12時(月～金)	遊戯室
	…赤ちゃんひろば	10時～12時(火・金)	図書室
	…お誕生会	11時40分～12時	
	…館内清掃	9時～12時	全館使えません
ランチルーム	…	12時～13時	(開催時のみ)
フリーランド	…	10時～12時	
みんなのひろば	… (幼児・赤ちゃん合同ひろば)	10時～12時	遊戯室
助産師相談	…	10時30分～11時45分	
国領児童館	…	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			

親子でおいでよ

おみせやさん ごっこ

2/14
10:15-12:00 土

時間通りにきてね
説明があるよ♪

廃材を利用したかわいい作品が
お店にたくさん並びます

場所：国領児童館 遊戯室

内容：おみせやさんとおきゃくさんを交代
で行います

対象年齢：2歳以上就学前の幼児親子 30組

申込：1月20日（火）10:00～（日祝除く）
国領児童館に電話または来館にて受付

持ち物：買ったものを入れるエコバック又は袋

おもちゃのおかねでおかいものの練習にもなるね

おもちゃ広場

2月20日（金）
2月21日（土）
10:00～12:00

木のおもちゃが
たくさんあるよ！

木のおもちゃ
グッド・トイ
おもちゃ美術館で遊べ
るおもちゃが沢山揃っ
ています！

申込不要
時間内に遊びに
いらしてください。
出入り自由です。

対象
乳幼児と
その保護者

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

親子でリトミック リトハピ!

生の楽器演奏で、リズムを楽しみながら
歌ったりおどったり親子でたのしみませんか

日程 3月2日(月)

時間 赤ちゃん向け 10:20~11:00
幼児さん向け 11:20~12:00

講師 リトミック講師 ピアニスト
野原珠里氏・井上秀美氏

内容 リトミックを中心にわらべうた、
シフォン遊びや季節遊び等

定員 乳幼児親子 各15組

会場 国領児童館 学習室

申込み 2月10日(火) 10:00から
電話または来所にて受付



助産師相談

日時：2月24日(火)
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)



赤ちゃんと一緒に あそぼう タッチケア

2月17日(火)
10:45~11:45

場所：国領児童館学習室

対象：2ヶ月～1歳程度の乳幼児親子
講師：藤城 智恵子氏

(保育士、デイリータッチケアセラピスト)

内容：季節の歌、ふれあい遊び、布遊び、絵本の読み聞かせなど

申込：1月30日(金)受付開始

9:00~17:00
来所・電話にて受付(土日祝除く)

※11:45～赤ちゃんのお誕生会を行います。

SPRING CONCERT 春のコンサート



2026 3.7 sat 開場 10:10
開演 10:30~11:30

会場 国領児童館 遊戯室
対象 乳幼児親子60組
申込 2月13日(金) 10:00～ 来館もしくは電話
みんなのおなじみの曲が
木管五重奏で聴けます
主催：国領児童館子育てひろば
お問い合わせ：042-485-8488

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、他のお子さんと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しづ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。

《3月の予定》

- 2日(月) リトミック(要申込)
- 7日(土) 春のコンサート(要申込)
- 10日(火) 助産師相談
- 13日(金) 大きくなったね会
- 16日(月) 幼児さんお誕生会
- 17日(火) 赤ちゃんお誕生会
- 19日(木) 館内清掃のためおやすみ
- 24日(火) 幼児ひろば、赤ちゃんひろば最終日
- 25日(水) 春ひろばスタート
(幼児さん、赤ちゃん合同ひろば)

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・

あそびば

↓

子育てひろば

国領児童館子育てひろば

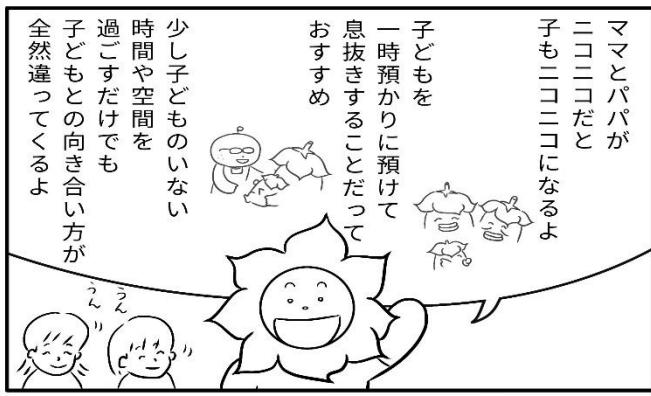
Instagram



ちなみに更新はゆっくりです…

親も親以外の顔がある

作:かとちゃん



気持ちも身体もリフレッシュ！



『まるごときんかんの生姜コンポート』

【材料】

きんかん	お好み (30 粒)
生姜	ひとかけ (千切り)
水	200ml
はちみつ	50g (お好みで)
(1歳未満はNG)	
クコの実	ひとつかみ

【作り方】

- きんかんはヘタを取り、軽く洗う。
- 鍋にきんかんとたっぷりの水を入れて火にかけて沸騰したら2~3分ゆでてザルにあげる。
(えぐみをとるために下茹でする)
- 鍋に水200ml、きんかん、生姜等すべての材料を入れて10分程度中火で煮る。
- 落とし蓋をして冷めるまで置いておく。
- 冷めたら保存容器に冷蔵庫に入れて食べたいときに食べる。

そのまま食べる、炭酸やお湯で割る、ヨーグルトに入れる等食べ方は自由。

イライラした時にきんかん、温めたい時に生姜、クコの実は疲労感をやわらげ、血と潤いを補うことで回復を助けてくれます。

考えすぎて眠れないときとか、不安な時におスメのメニューです。風邪予防にもなりますよ。面倒なら、きんかんそのまま食べるでもOK。

