

プレママも！産後すぐの赤ちゃん和妈妈も！

親子で集う子育て広場のほか、赤ちゃんと一緒に参加できるママのリフレッシュ講座、お子さんと一緒に楽しむイベントや学びの講座をご案内しています♪
お友だちとの出会いもありますよ！気軽にご参加ください😊



←詳細・お申込みはホームページからどうぞ

Instagramでも発信しています→



NPO法人
ワーカース・コレクティブ ちろりん村

ちろりん村だより

<https://npo-chirorinmura.com/>
西東京市東町 3-12-25 パスレル保谷 1階
生活クラブ保育園ぼむ内
042-425-0788

おやこひろば 生活クラブ子育て広場 ぶらんこ西東京

0~3歳のお子さんがいる親子が自由に遊べる、常設の子育て広場。地域の子育て仲間と出会える場所、子どものいる暮らしを地域の人たちと楽しめる場所です。木のおもちゃや手作りおもちゃを用意してお待ちしています♪イベントもあるよ！

対象: 0~3歳(未就園)の親子
開室日: 月~金曜 10:00~15:00
(昼食 11:30~12:30 消毒 12:30~13:00)
生活クラブ生協組合員の方...無料
組合員以外の方...300円/1回

西東京市東町2-1-26 サントール1D2
042-439-4777
branco.nishi-tokyo@nifty.com

移転しました!

親子の絆づくりプログラム **学びの講座** **ベビープログラム2 (全5回) ※託児あり**

2人目以上のお子さんを育てているお母さん、少しの間だけ上の子と離れて赤ちゃんに触れあったり、きょうだいとの関わりを考えたり、自分のことを見つめてみませんか？参加のママ同士たくさんおしゃべりしましょう。

日程 10月16・23・30日、11月13・20日(月) 午前
対象 令和5年4月17日~8月16日生まれの第2子以降のお子さんを(プログラム開始日時点で、生後2~5か月の赤ちゃん)育てているお母さんで、5回連続で参加できる方。

会場 ひばりが丘児童センター
※詳細はQRコードから
※お申込みは直接児童センターへ
042-465-4540

日	月	火	水	木	金	土
1 🎃	2 🎃	3	4 ピラティス 8か月以降クラス	5	6 ミトンの会	7
8 ふれーずシェフ	9 スポーツの日 こそだてフェスタ @西東京 in ひばりが丘児童センター	10	11	12 お話の会	13 🎉	14
15	16 親子でリトミック ベビープログラム2 ①	17 ハグヨガ	18 ピラティス 2~7か月クラス	19	20 わらべうた ベビーマッサージ ぶらんこ午後閉室	21 🎉
22 🎉	23 ベビープログラム2 ② in ひばりが丘児童センター	24 🎉	25	26 管理栄養士による 食事相談	27 お誕生日会 計測日	28
29 🎉	30 親子でリトミック ベビープログラム2 ③	31 ごろりんアート	10/9(月・祝)こそだてフェスタ@西東京 遊びにきてね! ちろりん村ブース やさしい温もりがいっぱい! 『木のおもちゃで遊ぼう』 こそだてフェスタ詳細はQRコードから→			

緑字はぶらんこの開催です。各詳細はホームページからどうぞ!

ちろりん村 西東京市




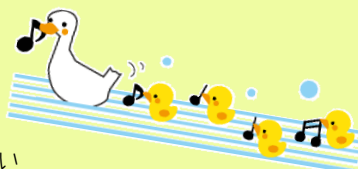
親子でリトミック みゆき教室

リトミック 10月16・30日(月)、11月13・27日(月)

楽しく音楽とふれあいながら、お子さまの基本的な音楽能力、身体的・知覚的な感覚などさまざまな発達を促すことを目的としています。
 ヨチヨチ歩けるようになったら、ぜひご参加ください(^^♪
 手遊びうたや季節ごとの製作なども楽しめますよ♪
 パパやおじいちゃん・おばあちゃんもご参加も大歓迎!

日程: 月2回 月曜 10:30~11:30
会場: パスレル保谷 2階イベントスペース
参加費: 1,000円/1回
対象: 0~3歳(未就園)の親子
講師: 下田みゆき
 (武蔵野音大卒、ピアノ講師)

※ご都合の良い回でご参加ください
 ※お飲み物をご持参いただき、親子ともに動きやすい服装でお出かけください


ママと赤ちゃんのひろば ミトンの会 ひばり

10月6日(金)、11月休、12月1日(金)

今日の出来事や日常の悩みなど、ママ同士のお話しを楽しみましょう♪ 木のおもちゃ、絵本の読み聞かせもあるよ! 妊婦さんもぜひどうぞ♥

対象: 0~3歳(未就園)の親子
日程: 月1回 第1金曜 10:30~11:30
会場: ひばりが丘児童センター
 (ひばりが丘 3-1-25)


予約不要 参加無料



ママのエクササイズ 赤ちゃんと一緒に産後ケア♪ 産後ママのピラティス

日程: 2~7ヵ月クラス 第3(水) 10月18日・11月15日
 8ヵ月以降クラス 第1(水) 10月4日・11月1日

会場: 子育て広場 ぶらんこ西東京
参加費: 1,000円(広場利用料300円込み)
定員: 各クラス6組(お申込み順)
講師: Rio(ピラティスインストラクター)
持ち物: バスタオル・タオル・飲み物
 ※動きやすい服装でご参加ください




子ども料理教室 ふれーずシェフ

10月8日(日)、11月12日(日)

子どもたちだけで季節の基本料理を作り、体験を通して生きる力を育てます。連続または単回参加ができます。

対象: 3歳から中学生
日程: 月1回 第2日曜 午前クラス 10:00~12:00
 午後クラス 13:00~15:00
会場: パスレル保谷 2階イベントスペース
参加費: 継続(5回)15,000円(前納・返金不可)
 単回(1回)3,500円(当日支払)
入会金: 3,000円(器具使用料・保険料として、2回目以降参加時)
講師: 吉田朋子(管理栄養士&キッズ・キッチンインストラクター)




赤ちゃん抱っこヨガ ハグヨガ

赤ちゃんが生まれたら! 10月17日(火)、11月20日(月)

抱っこ紐調整でママはラクに、五感の刺激で赤ちゃんは楽しく、心が安定するエクササイズで体力をつけながらリフレッシュ♪

対象: 首すわりから1歳ごろまでの赤ちゃん和妈妈パパ
日程: 月1回 10:00~11:30
会場: 住吉会館ルピナス1階活動室
 (泉町 6-15-6)
参加費: 500円(資料代含む)
講師: 大森麻衣(ハグヨガ認定講師)




新米ママのつどい 新米ママと赤ちゃんの会

生後2~4ヵ月(第1子)の赤ちゃん和妈妈の集い

日程: 全3回連続講座(保育付き)
 11~12月頃開催予定 決まり次第お知らせ

会場: 子育て広場 ぶらんこ西東京
 西東京市東町 2-1-26 サントール102
参加費: 1,500円(全3回の保育料込み)
対象: 7~9月生まれ(第1子)の赤ちゃん和妈妈
 開催期間中に生後2~4ヵ月を迎える方
 前後の月齢の方もご参加いただけます




離乳食教室 赤ちゃんレストラン

12月4日(月)、1月31日(水)

大人食から取り分ける(簡単・時短)の調理法をお伝えします。量とバランスが一目でわかる一食分を親子でご試食ください♪
 パパ・ママ一緒のご参加もぜひどうぞ!

対象: 7~11ヵ月の親子(前後の月齢もOK)
日程: 奇数月最終水曜 10:00~11:30
会場: パスレル保谷 2階イベントスペース
参加費: 2,000円(+500円でパパのご試食もご用意可)
講師: 中村美穂(管理栄養士・フードコーディネーター)



訪問型支援 家庭訪問型子育て支援 ホームスタート




子育てに迷ったり悩んだり...、だれもがそんな時がありますよね。ほんの少しの手助けやサポートやアドバイスがあることで、気持ちが明るくなったり、前向きになれることもあります。ぜひ、気軽に利用してみてください。

どんなことをするの?

- *あなたの家庭を訪問ボランティア(ビジター)が複数回訪問します。
- *あなたのお話を傾聴します。
- *あなたの子育ての悩みを伺い、一緒に良い方法を見つけしていきます。

※詳細は、QRコードからホームページへ↑

妊娠中または6歳以下のおさまがいいらっしゃる方が対象、ご利用は無料です

バス停 保谷庁舎 下車徒歩1分
 デポ-西東京のある建物です