

親子で「集う」「楽しむ」「学ぶ」  
イベントカレンダー

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  
生活クラブ保育園ばむ内  
042-425-0788



緑マーカーは“子育て広場ばらんこ”での開催、その他は会場が変わります。詳細チェック

ちろりん村 西東京市

月	火	水	木	金	土	日
10月		1	2 0歳の日	3 親子のひろば ミトンの会 in ひばりセンター	4	5
6 親子で リトミック	7 1歳の日	8	9	10	11	12 子ども料理教室 ふれーずシェフ
13 こそだてフェスタ @西東京 “てをつなごう みんなでこそだて” スポーツの日	14	15 産後ママの ピラティス	16 ホームスタート 地域説明会 (詳細裏面参照) 2歳の日	17	18	19
20	よちよちルームにて やさしい温もりがいっぱい！ 『木のおもちゃで あそぼう』 遊びに来てね (^^♪		22	23 ちろりんアート 「ハロウィン」	「ノーバディズ・パーフェクト」 ～乳幼児の親のためのプログラム～ 完璧な子どもも完璧な親もない！ 親になるには人の手助けが必要で ファシリテーター(進行役)のサポートのもと、自 分らしい子育てについて考えてみませんか？ 詳細・お申込みはQRコードからご確認ください	
27 親子で リトミック	28 親子のひろば ミトンの会 in ONE FOR ALL 「木のおもちゃ」	29 ばらんこ閉室	30 ノーバディズ・ パーフェクト① ホームビジター 養成講座① (詳細裏面参照) ペビトレヨガ	31 お誕生日会 身長・体重計測日	ちろりん村 Instagram	お申し込み フォーム

おやこひろば 生活クラブ子育て広場 ばらんこ

0～3歳の親子が自由に遊べる、常設の子育て広場です。  
地域の子育て仲間と出会う場所、子どものいる暮らしを  
楽しめる場所です。木のおもちゃや手作りおもちゃ、楽しい  
遊びがたくさん♪ インスタチェックしてね(^^♪

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)  
利用料: 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  
(中町交差点すぐ、文理台公園の近くです)  
☎ 042-439-4777(平日10:00～15:00)  
✉ nishitokyo@hiroba-buranko.jp



ばらんこの  
お申込み・お問合せは  
こちらからどうぞ

ばらんこイベントのご案内

イベントはすべて予約制、お早めにお申し込みください

年齢別の日【0・1・2歳 各年齢月1回 参加費無料】  
同じ年齢のお友だちと一緒に楽しく過ごしましょう♪  
季節の工作やランチも楽しめます(^^♪ ※お弁当注文可

産後ママのピラティス【産後2ヵ月～ 月1回 参加費700円】  
産後のケアを始めませんか？ 赤ちゃんと一緒にご参加  
ください。心も身体もリフレッシュしましょう♪

ちろりんアート【午前・午後入替制 毎月1回 参加費無料】  
お子さまの可愛い『今』を写真に残しませんか？  
毎月テーマを変えて変身グッズもご用意してます！

ペビトレヨガ【産後2ヵ月より 月1回 参加費700円】  
産後ママのケアや体質改善、リズムに合わせて手遊びや  
ベビーの脳トレ、ヨガで柔軟・バランストレーニングなど

お誕生日会・計測日【毎月末 参加費無料】  
お誕生日を迎えたお子さまのお祝いです♡身長と体重  
の計測も行います。一緒に成長を喜びましょう\(^o^)/



**親子でリトミック みゆき教室**  
**リトミック** 10月6・27日(月) 11月10・17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・知的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♪  
 パパとのご参加もお待ちしています!



**日程: 月2回月曜 10:30~11:30**  
**会場: パスレル保谷 2階ベントスペース**  
**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  
 ※お飲みものをご持参いただき、親子ともに動きやすい服装でお出かけください



**おやこひろば** ママと赤ちゃんのひろば  
**ミトンの会** **参加無料**

今日の出来事や日常の悩みなど、ママ同士の交流を楽しみましょう♪ 木のおもちゃ、絵本の読み聞かせもあります! プレママもぜひどうぞ♡

対象: 0~3歳(未就園)の親子  
 日程: 月1回 ①②ともに 10:30~11:30  
 会場: ①ひばりが丘児童センター(ひばりが丘3-1-25)  
**第1金曜: ご予約不要**  
 10月3日、11月7日、12月5日  
 ②ONE FOR ALL 西東京(田無町4-15-12)  
 「木のおもちゃ」毎月1回: ご予約ください  
 10月28日(火)、11月12日(水)、  
 12月18日(木)、1月27日(火)



**子ども料理教室 ふれーずシェフ**  
**子ども料理教室** 10月12日(日) 11月9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)



**赤ちゃんが生まれたら!** 赤ちゃん抱っこヨガ ハグヨガ  
 10月20日(月) **再開します!**

抱っこ紐の調整でママは驚くほどラクに! 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しましょう♪

対象: 首すわりから1歳ごろまでの赤ちゃんとママパパ  
 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)

**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、気持ちが明るくなれたり、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4回ほど訪問します。
- \* あなたの話を傾聴します。
- \* あなたの子育ての悩みを伺い、一緒に良い方法を見つけていきます。

※詳細は、ホームページをごらんください↑




**離乳食教室** **赤ちゃんレストラン**  
 11月28日(金) 1月29日(木)

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♪ パパのご参加もどうぞ!

対象: 7~11ヶ月の親子(前後の月齢もOK!)  
 日程: 奇数月に1回 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)



妊娠中または6歳以下のお子さまがいらっしゃる方が対象、ご利用は無料です

- **地域説明会 「ホームスタートの寄り添い支援とは？」**  
 日程: 10月16日(木) 14:00~16:00  
 会場: 障害者総合支援センター フレンドリー(田無町4-17-14)  
 参加費: 無料 要予約 ※当日参加も可  
 対象: 訪問ボランティア養成講座受講をお考えの方  
 行政の方、子育て支援に関わる方
- **訪問ボランティア養成講座 (期間中木曜の全7回)**  
 日程: 10月30日(木)~12月11日(木) 10:00~15:00  
 会場: 市内公共施設  
 参加費: 無料 ※要申込み、上記QRよりお問い合わせください  
 対象: 子育て経験のある方(特別な資格は不要です)  
 \* 教養講座ではありませんので、講座終了後は訪問活動をされるのが条件です  
 \* 定例会(毎月第4日曜 14:00~16:00)を開催し、フォローアップ研修もします



← 所沢 西武池袋線 保谷駅 池袋 →

**パスレル保谷**

社会福祉法人・悠遊 デイサービスセンターいずみ 文理台公園  
 西東京市役所 保谷庁舎 こもれびホール  
 農協 消防署  
 調布保谷線 保谷町 新青梅街道 富士街道 環八 →  
 青梅街道 石神井谷原 →  
 西武新宿線 東伏見駅 すかいらーく

バス停保谷庁舎下車徒歩1分  
 デポー西東京のある建物です

