

# 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/>

西東京市泉町 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



ホームページ

緑マーカーは“子育て広場ぶらんこ”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
1 FSプログラム①	2 0歳の日	3 産後ママの ピラティス	4 NP⑥ ビジター養成⑥	5 親子のひろば ミトンの会 in ひばりセンター 2歳の日		<b>12月</b> 
8 親子で リトミック 避難訓練 FSプログラム②	9 1歳の日	10 	11 ビジター養成⑦ ベビトレヨガ	12 	13	14 子ども料理教室 ふれーずシェフ
15 赤ちゃん抱っこヨガ ハグヨガ FSプログラム③	16 赤ちゃんと創る私の家族 要予約 ～はじめの一歩～ FSプログラム ひばりが丘 児童センターにて  詳細・お申込みはQRコードから	17 	18 親子のひろば ミトンの会 in ONE FOR ALL 「木のおもちゃ」 ちろりんアート [クリスマス]	19 	20 	21
22 親子で リトミック	23 お誕生日会 身長・体重計測日	24 ぶらんこ閉室 保育園ばむ企画 クリスマス会 (詳細裏面参照)	25 	26 	27 	28 子育て広場ぶらんこ 冬休み 12/26～1/6
29	30	31	1/1	2		
子育て広場ぶらんこは、1/7(水)より、通常通り開室します						

おやこ  
ひろば

子育て広場 ぶらんこ西東京

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える場所、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



ぶらんこの  
お申込み・お問合せは  
👉こちらからどうぞ

### ぶらんこイベントのごあんない

イベントはすべて予約制、お早めにお申込みください

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】

産後のケアはとても大切です♥ 心も身体もリフレッシュ  
しましょう♪ 赤ちゃんと一緒にご参加ください。

ちろりんアート【午前・午後入替制 毎月1回 参加費300円】

お子さまの可愛らしい『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います！

ベビトレヨガ【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・身長・体重計測日【毎月末頃 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(^^)/



## 親子でリトミック みゆき教室

12月8・22日(月) 1月19日(月) 1回のみ

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。  
ヨコヨコ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



## 子ども料理教室

### 子ども料理体験教室 ふれーずシェフ

12月14日(日) 1月11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)



## 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ていきます。

※詳細は、ホームページをごらんください。

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



## 保育園ばむ企画 クリスマス会

地域で活動する人形劇サークル“わくわく MaMa”による  
～赤ちゃんから楽しめる人形劇～

12月24日(水) 10:00～10:30 パスレル保谷にて  
お申込み・お問合せは、生活クラブ保育園ばむまで

TEL 042-425-0788



パスレル保谷(西東京市泉町3-12-25)

バス停 保谷庁舎 下車徒歩1分

こもれびホール前のデポー西東京のある建物です

## 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おしゃべりを楽しみましょう♪ 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：予約不要

12月5日、1月休、2月6日、3月6日

②ONE FOR ALL 西東京(田無町4-15-12)

「木のおもちゃ」毎月1回：予約不要

12月18日(木)、1月27日(火)、

2月12日(木)、3月17日(火)

## 赤ちゃん抱っこヨガ ハグヨガ

12月15日(月) 1月19日(月)



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

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)

## 離乳食教室

### 赤ちゃんレストラン

1月休 3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)

