

# 西部地区拠点親子ひろば **ぶんちっちひろば**

令和5年度



国分寺市光町3-13-20 国分寺市子ども家庭支援センター ぶんちっち

TEL042-572-8138 / FAX042-572-0481

実施時間 火曜日～土曜日（祝日は除く）9：30～17：00  
（第2・第4木曜日は13：00まで）

日	月	火	水	木	金	土
					<b>1</b> やえちゃんお話の会 11：00～11：30	<b>2</b>
<b>3</b> 休み	<b>4</b> 休み		<b>6</b> みんなで子育て フリーターキングの会 「1歳児親子集まれ」 10：30～11：30	<b>7</b> 	<b>8</b> 	<b>9</b> みんなで遊ぼう！ 10：30～11：15
<b>10</b> 休み	<b>11</b> 休み	<b>12</b> 	<b>13</b> あかちゃんとママの ホットタイム 10：30～11：15	<b>14</b> 午後休み	<b>15</b> 	<b>16</b> 
<b>17</b> 休み	<b>18</b> 休み	<b>19</b> 	<b>20</b> 春分の日 休み	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b> パパターキングこくぶんじ 10：00～11：30
<b>24</b> 休み	<b>25</b> 休み	<b>26</b> 	<b>27</b>	<b>28</b> 助産師のいる日 10：00～12：00 受付9：30～11：00 午後休み	<b>29</b>	<b>30</b> 
<b>31</b>						

## 子育て応援パートナー

子育て・妊娠期の方から子育てについて身近な場所で相談を受け、地域の子育て支援をスムーズに利用できるようお手伝いしています。地区拠点親子ひろばにいます。市内で活動している団体、市の親子ひろばや児童館などへ、腕章をつけて巡回もしていますので、気軽にお声がけください。



## 子ども家庭支援センター 総合相談「かるがも相談」



子育ての不安や悩みなど、専門職員が相談をお受けします。面談をご希望の場合は、ひろばスタッフにお声がけください。事前にご連絡をいただけるとお待ちしております。

- ・対象：0歳～17歳の子どもと保護者、子育てに関わる方
- ・電話相談：8：30～17：00
- ・来館相談：9：30～17：00  
（第2・第4木曜日は13：00まで）  
TEL 042-572-8138
- ・休館日：日曜日・祝日・月曜日

## 「みんなで遊ぼう！」

手遊びやわらべうた、体を動かして元気に遊びましょう。スタッフによるピアノの弾き語りもあります。

◆9日（土）10：30～11：15

【対象】乳幼児と保護者  
【定員】18人（当日先着順）



## あかちゃんとママのホットタイム

「フリーターキング」

0歳児のママ・プレママ同士、のんびりおしゃべりをしながらホットと一息しませんか。

◆13日（水）10：30～11：15

【対象】0歳児と家庭の中で母親の役割を担っている方、これから母親になる方  
【持ち物】バスタオル（あかちゃんの下に敷くもの）  
【定員】14人（当日先着順）

## パパターキングこくぶんじ

「じわりと汗かく おうち体操講座」



ひかり児童館の館長さんがやってきて、じわりと汗かくおうち体操を伝授してくれます！  
講座のあとはフリーターキング。「リフレッシュ法」などについて、プレパパ、パパ同士で話しましょう！  
一人でもお子さんといっしょでもぜひご参加ください。

◆23日（土）10：00～11：30

【対象】これから父親になる方、家庭の中で父親の役割を担っている方と乳幼児（父親のみの参加も可）  
【定員】16人（当日先着順）



## 助産師のいる日

出産後の母親の身体のことや授乳のこと、育児についてや、あかちゃんのいる暮らしで気になることなど助産師に聞いてみませんか。

◆28日（木）10：00～12：00  
（受付時間 9：30～11：00）

【対象】乳幼児と保護者  
（当日先着順・市内在住優先）  
【持物】体重測定の際に使用するお子さんの敷物、母子手帳  
【定員】33人（ひろば定員に準ずる）

## みんなで子育て フリーターキングの会

「1歳児親子集まれ」

子育てのことはもちろん、会話の内容は自由です。1歳のお子さんと親同士、おしゃべりをしてリフレッシュしませんか。

◆6日（水）  
10：30～11：30

【対象】1歳のお子さんと保護者  
【定員】14人（当日先着順）