

1月 こっこっこ月間

市内の子育て支援がより充実するように、1月の1か月を国分寺市の子ども・子育て支援（こくぶんじ・こども・こそだてしょん）の頭文字をとり「こっこっこ月間」としました。

市内で活動している団体、市の親子ひろばや児童館などと協力して、妊娠期の方、乳幼児と保護者が集まる様々な催しを行っています。
ぜひ、お近くの会場へお出かけください

令和8年1月1日発行

編集・発行：国分寺市子ども家庭部子育て相談室地域支援係

☎(042) 321-1801 FAX(042) 320-1181



（1）

はなすはなつかフェ

子育て中の親が気軽に悩みを話し、助産師さんに相談できるおしゃべり交流会

（日） 25日 10:30～12:00

（場） 南町1-14-7 プラウド国分寺1階
カフェといいろひより

（問） カフェといいろひより
☎042-321-6730

（問） vileyori@gmail.com



（3）

恋ヶ窪保育園の先生と遊ぼう

手遊びやパネルシアターなど。保育園の話もきけるよ!! みんな来てね!!

（日） 15日 10:30～11:15

（場） 本多児童館 幼児室

（定） 9名

（問） 本多親子ひろば
☎042-321-1801
(国分寺市子育て相談室地域支援係)



（4）

親子ヨガ

お子さまとスキンシップをとりながら身体をほぐしたり、伸ばしたり、ちょっとりんごを食べたりします！のんびり動きますのでヨガが初めての方でも大丈夫です

（日） 21日 (水) ①13:00～13:20 ②13:30～13:50

（定） 各回6組 要予約

（問） 対象：首の握った3か月から1歳前後のお子さんと保護者の方
服装：動きやすい服装・滑り止め付き靴下（お持ちの方）



（5）

鍼灸師が教えるツボ押し講座

自分で押せる「頭痛」と「肩こり」のツボと一緒に押してみましょう！

（日） 28日 (水) ①13:00～13:30 ②13:45～14:15

（定） 各回5組 要予約

（場） 南町3-9-25 都営国分寺南町住宅1階

（問） 東部地区拠点親子ひろば「あすなろひろば」
☎042-312-0414



子どもと一緒に食べられるママのための料理教室

シンプルな味付けで美味しいごはん♪
お子さまと一緒に取り分けで食べられます

（日） 20日 (火) 10:00～13:00

（場） 本多公民館 生活実習室

（料） ￥2,100円

（持） エプロン・三角巾・手拭きタオル

（注） 託児費用補助あり。Instagramのリンクから公式LINEにてお申込みください

（問） ママサークル おひさま
☎070-5590-9529 國貞



（6）

親子で楽しもう♪inともだち文庫

えのぐ遊びなど感覚遊びを主催。今年度はさゆりさんリトミックにてたのこちゃん交流の機会を作りました♪りか先生の音楽あそびや、かなこさんの運動あそびもお楽しみに！

（日） 1500円（きょううだい追加1人500円）
その他、イベントによって変わる場合があります。
詳細はイベント告知をご確認ください

（注） イベントによって汚れていい服装や着替えなどご用意ください。冬場は冷えるので、厚手の靴下があると安心です。
駐車場スペース3台あり（要予約）

えのぐ遊び

（日） 13日 (火) 10:30～11:30

かなこさんの運動あそび

（日） 20日 (火)・27日 (火) 10:30～11:30

さゆりさんのリトミック

（日） 22日 (木) 10:45～11:30

りか先生の音楽あそび

（日） 30日 (金) 10:30～11:15

（場） ともだち文庫（東恋ヶ窪3丁目）
詳しくはメールでお問い合わせください
@TOMODACHIBUNKO



@TOMODACHIBUNKO

（問） ともだち文庫
（問） tomodachi.bunnko@gmail.com



@TOMODACHIBUNKO

オリジナル絵馬を作ろう！

お子さんの手形や足形をアレンジして、世界にひとつだけのオリジナル絵馬をつくります。お子さんの「いいま」を形にして、思い出に残しましょう

（日） 19日・26日 (月)・20日・27日 (火)
22日・29日 (木) 10:00～12:00

（場） 東恋ヶ窪学童保育所（3小内）

（注） 手形足形のペイントで持ち物が汚れてしまう可能性があります。汚れても構わない服装等でお越しください

（問） 東恋ヶ窪親子ひろば
☎042-323-3822

オンラインひろばコアラッコ

助産師による「卒乳断乳」です。講座形式の後、質疑応答の時間もあります。気軽に質問してみましょう

（日） 14日 (水) 14:00～15:00

（注） 要予約 通信費自己負担
コアラッコP、チラシなど
でご確認ください

（問） 市民室内プール親子ひろば「コアラッコ」
☎070-4133-4770
(NPO法人コアラッコ子育てサポート)



（7）

ゆいばっこ×コアラッココラボ企画

「歯科衛生士と話そう！」

歯科衛生士に歯が生える前からのケアや歯磨きのコツなどを教えてもらいましょう

（日） 24日 (土) 10:30～12:00

（場） 市民室内プール3階 会議室

（持） タオル、水分補給の飲み物、歯ブラシ

（注） 要予約 当日空きがあれば参加可

（定） 9組程度

HART関東×コアラッココラボ企画

〇歳ひろばベビーコアラッコ

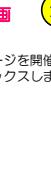
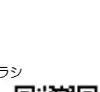
わらべ歌マッサージや大人のハンドマッサージを開催します。乾燥の季節、心も体も親子でリラックスしましょう

（日） 19日 (月) 10:30～12:00

（場） 市民室内プール3階 会議室

（注） 要予約 当日空きがあれば参加可

（定） 9組程度



親子で作る節分工作

鬼の顔の三角帽子を親子で作ります。ぜひ、ご参加ください

（日） 29日 (木) 10:30～11:30

（場） 東恋ヶ窪3-23-8 あじさい苑1階

（定） 15組

（問） ひがしこいがくぼ3丁目
よくこう親子ひろば
☎042-300-2088
(あじさい苑内親子ひろば)



（9）

フリートーキング「ちよこっと工作しながらおしゃべり」

親子ひろばスタッフと簡単でかわいい工作をしながら、みんなでおしゃべりしましょう

（日） 13日 (火) 13:30～14:30

（定） 14名



（10）

まめぼち文庫のおはなし会

まめぼち、まめぼち

いすみひろばの都合で
中止になりました。
ご了承ください



あつまれ〇歳

〇歳児の保護者・プレママ・パパ同士で、のんびりおしゃべりをしながら情報交換して交流しませんか

（日） 20日 (火) 13:30～14:15

（定） 14名

（持） お子さんの下に敷くもの（バスタオル等）

（場） 中部地区拠点親子ひろば「いすみひろば」
(いすみプラザ 2階)
（問） ☎042-321-1801
(国分寺市子育て相談室地域支援係)



凡例 **日**：日時 **場**：場所 **料**：費用 **持**：持ち物 **注**：注意 **定**：定員 **問**：問合せ先 **メ**：メール
図の数字はMAPの位置になります。参加費の記載のないものは無料です。 詳しくは、各団体にお問い合わせください

ひよっこの日

「音の出るおもちゃを作ろう」
3日間の中で1つ作ることができます

【日】 28日（水）・29日（木）・30日（金）
10:00～12:00

【場】 第五小学校敷地内（正門側）
第二・第三日吉町学童保育所

【問】 吉町親子ひろば
☎042-327-1200



親子でうたおう！おどろう！

親子で季節のわらべうたをうたったり、ふれあい遊びをしたり、音楽に合わせて踊ったりして遊びませんか？

■ 27日(火) 11:00～11:30

■ 天気がよく暖かい時は、ウッドデッキで行うかもしれません

■ 国分寺市ブレイクーション親子ひろば
「BOUKENどんどこ」

外遊びをはじめよう

親子でブレイクーションの屋外を散歩したり、探検してみよう。何が見つかるかな？ 絵本の読み聞かせと手遊びもみんなで楽しもう

■ 15日(木) 10:30～11:30

■ 着がえ、飲み物、タオルなど

■ 雨天の場合は室内で遊べます

■ 国分寺市ブレイクーション

■ 国分寺市ブレイクーション
☎042-323-8550



1月イベントカレンダー		
日程	イベント	MAP
5日(月)	押しバッヂを作ろう！	⑦
8日(木)	スランバーバであそぼう	⑨
9日(金)	押しバッヂを作ろう！	⑦
	ボールプールであそぼう	⑧
10日(土)	体を使ったお正月遊びをしよう！	I・J
	親子でA・SO・BO！！	①
	親子で楽しもう！inともだち文庫「えのくあそび」	⑧
13日(火)	フリートーキング「ちょこっと作しながらおしゃべり」	⑪
	体を使ったお正月遊びをしよう！	A・B

手形、足形スタンプ

14

お子さんの成長が見られる手形、足形スタンプがとれます

■ 20日（火）・22日（木）・23日（金）
10:00～12:00

■ 戸倉学童保育所（十小内）

■ 戸倉親子ひろば
☎042-324-9700
(戸倉学童保育所)

✉ bj2_kdm@kodomonomori.co.jp



なみきかく「なみき牧場1周年イベント」

なみき牧場は空き家を活用した地域に開かれた場所です！平日は「基本」10:00～17:00オープン、たがしやえっちゃんやカフェコーナーもあります！
火曜・金曜は、BOUKIEN(ぼんまんさん)が夕食提供！
美味しいと大人気です。みなさん、気軽に遊びに来てください。なみきのねさんと共催で地域に開かれたイベント（なみきかく）を開催しています！

■ 18日（日） 11:00～14:00

※平日は駐車スペース（3台）
利用可能ですが、休みは込み合いで駐車スペースのご利用はお控えください


@TWINSMARCH

なみきのまち「多胎児ちゃんの居場所づくり」
なみき牧場にて、第3月曜に多胎児ちゃんの居場所づくり（なみきのまち）を開催しています

■ 19日（月） 10:00～13:00
￥ ひと家庭500円
特 ミルク、お替え物、抱っこ紐など必要に応じて
場 なみき牧場（並木町2丁目）
■ 要予約 毎月、イベント告知をしていますのでInstagramをご確認ください

■ ゆるやかコミュニティふたごのまち
■ twinsmarch2019@gmail.com

14日(水)	季節の行事を写真で残そう！ 部分撮影会	⑩
	体を使ったお正月遊びをしよう！	C~H
15日(木)	恋ヶ窪保育園の先生と遊ぼう	④
	外遊びはじめよう	⑬
16日(金)	<u>中止</u> まめほち文庫のおはなし会	⑪
	押しバッヂを作ろう！	⑪
16日(金)	ボールプールであそぼう	⑯
	体を使ったお正月遊びをしよう！	I~J
17日(土)	親子でA・SO・BO！	①
	スランステープであそぼう	⑯
	ファミサボ事業説明会	⑯

【パルーンアートでたのしむ
おはなし会】
大きな絵本や紙芝居でおはなしを聞いたり、手遊び
をして楽しめましょう。動物やお菓子がかわいい風
船になって登場するかも?!

【共催】並木図書館、並木公民館
【協力】おはなしのくにビッピ
(よみきかせグループ)
りかちゃん(パルーンアートバフォーマー)
■ 25日(日) 10:30~11:30
■ 並木公民館
■ 50人
■ 並木公民館
☎042-321-9971



18

ポールプールであそぼう

にしまち児童館の遊戲室内のポールプールであそぼう！乳児さんのポールプールデビューにも是非♪

日 9・16・23・30 (金)
10:00~11:30

注 ポールプールで遊んでるお子さんから
目を離さないようお願いいたします

場 にしまち児童館 遊戲室

問 西町親子ひろば
042-575-8188 (にしまち児童館)

館庭であそぼう

寒い冬もにしまち児童館の館庭で元気に遊ぼう！シャボン玉をしたり、落ち葉拾いをして身近な自然に触れ
て一緒に楽しみましょう♪

日 21日・28日 (水) 10:30~12:00

場 にしまち児童館 館庭

注 雨天の場合は中止となります
動きやすい服装・靴で来てください。（長ズボン
がおススメです）
服が汚れる可能性があるので心配の方はお子さん
の着替えをお持ちください

18日(日)	なみさかぐ「なみさか牧場」周年ハイブト	16
	オリジナル絵馬をつくろう！	⑦
	HART関東×マコラッコラボ企画 0歳ひろはベビーコアラッコ	10
19日(月)	なみきのまちあ(多賀児ちゃんの居場所づくり)	16
	押しバッヂを作ろう！	⑦
	子どもと一緒に食べられる ママのための料理教室	⑥
	オリジナル絵馬をつくろう！	⑦
20日(火)	親子で楽しもう!にこだま文庫「かなこさんの運動あそび」	8
	手形・足形スタンプ	14
	あつまれ10歳	⑪
	体を使ったお正月遊びをしよう！	A B

お子さんやペットなどの写真、好きなイラストをバッヂにしてみませんか

■ 5日・19日・26日（月）1000～1400
9日・16日・23日・30日（金）
10:00～12:00

■ 北町地域センター2階和室

■ ハッピにしたい写真やイラストをお持ちください

■ 北町朝子ひろば
☎042-326-2414
(ファミリーサロン)



スズランテープであそぼう

色とりどりのスズランテープに触れながら、親子で楽しく遊びましょう!!

■ 8日（木）・17日（土）・22日（木）
①10:00～10:30
②10:40～11:10

■ 対象：①0歳～2歳児
②3歳児～未就学児

■ ①②ともに6組

■ 西部地区拠点親子ひろば
「ひかりひろば」
☎042-505-8381

■ 17日（土） 10:00～11:10

ファミサポ事業説明会

ファミリー・サポート・センターの事業内容を詳しく説明します

■ 国分寺市ファミリー・サポート・センター（西部地区拠点親子ひろば内）
☎042-505-5466

■ 西部地区拠点親子ひろば
「ひかりひろば」



21日(木)	新丁コラ 館庭であそぼう	⑯
	体を使ったお正月遊びをしよう！	C~H
22日(木)	オリジナル給馬をつくろう！	⑦
	雑学を楽しもうinともだち文庫「さゆりさんのリトミック」	⑧
23日(金)	手形・足形スタンプ	⑯
	スズランテープであそぼう	⑯
23日(金)	手形・足形スタンプ	⑯
	押しバッヂを作ろう！	⑯
	ボールプールであそぼう	⑯
	体を使ったお正月遊びをしよう！	I~J

季節の行事を写真で残そう！
節分撮影会

親子の節分フォトが残せる撮影会の開催です。季節の行事とお子さんの成長を写真に残しませんか？お写真2枚お渡しします。

■ 14日（水） 10:00～13:00

■ ひかりプラザ1階和室

■ 500円

■ hughugphoto
お問い合わせはメール
またはInstagram

■ bloomsunny.bird2@gmail.com



こくぶんじ青空ひろば「体を使ったお正月遊びをしよう！」

寒さに負けず、外で元気にお正月遊びを楽しんでみませんか？

遊びの内容は各公園ごとのお楽しみ♪

A：北町公園、B：本多わかば公園

□ 13日・20日・27日（火）
10:00～12:00

C：並木町公園、D：窪東公園、
E：本多わかば公園、F：西恋ヶ窪若松公園

G：日吉町なかよし公園、H：元町公園

□ 14日・21日・28日（水）
10:00～12:00

1：光町もみじ公園、J：こばと公園

□ 9日・16日・23日・30日（金）
10:00～12:00

 (HP)  (Instagram)

注 雨天の場合中止。
詳細はHP、Instagramでご確認ください

□ 記念NPO法人冒険遊び場の会
☎ 042-202-0017



24日(土)	ゆいぼっこ×コラッコラボ企画「歯科衛生士と話そう！」	⑩
25日(日)	はなす會はなつかフェ	③
	バルーンアートでたのしむおはなし会	⑯
26日(月)	オリジナル絵馬をつくろう！ 押しバッヂを作ろう！	⑦ ⑯
	オリジナル絵馬をつくろう！	⑦
27日(火)	親子で楽しもう!inともだち文庫「かなこさんの運動あそび」	⑧
	親子でうたおう！おどろう！	⑯
	体を使ったお正月遊びをしよう！	A B
	東元町文庫のおはなし会	②

