

# 令和5年度 千曲市子育てひろば

子育て中の皆さん、子どもたちと一緒に遊びながら楽しいひとときを過ごしませんか。

- ・参加対象者は市内在住の方のみとします。
- ・人数制限がある為、各講座の3週間前から予約を受付します。裏面の予約方法をご覧ください  
予約をお願いします。
- ・当日急に欠席する場合は予約をした連絡先へお電話ください。

☆開催時間…各会場とも午前10時～11時 (受付9時30分～)

☆持ち物…創造館・児童センター・児童館は上靴持参 0歳児のつどいはバスタオル持参

月	日	曜日	内 容	会 場	受付開始日
4月	18	火	0歳児のつどい	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	3月28日
	25	火	リトミック	戸倉創造館	4月4日
5月	9	火	スマイルママ	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	4月18日
	16	火	0歳児のつどい	戸倉創造館	4月25日
	23	火	体育あそび	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	5月2日
	30	火	戸倉 (わくわくお話会) 五加 (リトミック) 更級 (0歳児のつどい) 上山田 (親子リズムレク)	戸倉・上山田地区の児童館	5月9日
6月	6	火	ツインズ & マザーズ	上山田子育て支援センター	5月16日
	13	火	リトミック	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	5月23日
	20	火	東部 (0歳児のつどい) 屋代 (よい歯の教室) 埴生 (親子リズムレク) 稲荷山 (わくわくお話会) 八幡 (リトミック)	更埴地区の児童センター	5月30日
	27	火	スマイルママ	戸倉創造館	6月6日
7月	4	火	0歳児のつどい	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	6月13日
	11	火	体育あそび	戸倉創造館	6月20日
	18	火	戸倉 (リトミック) 五加 (0歳児のつどい) 更級 (親子リズムレク) 上山田 (わくわくお話会)	戸倉・上山田地区の児童館	6月27日
8月	8	火	リトミック	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	7月18日
	29	火	0歳児のつどい	戸倉創造館	8月8日
9月	5	火	体育あそび	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	8月15日
	12	火	リトミック	戸倉創造館	8月22日
	19	火	スマイルママ	ことぶきアリーナ千曲 (柔道場)	8月29日
	26	火	東部 (よい歯の教室) 屋代 (親子リズムレク) 埴生 (わくわくお話会) 稲荷山 (リトミック) 八幡 (0歳児のつどい)	更埴地区の児童センター	9月5日

## 講 師

わくわくお話会	… 絵本や紙芝居などの読み聞かせ	お話しネットワーク
リトミック	… ピアノに合わせ表現あそびを楽しむ (歩ける頃～)	堀口愛子先生
親子リズムレク	… 親子でリズムあそびをしたり体を動かして楽しむ (1歳半頃～)	太田靖子先生
よい歯の教室	… 歯科衛生士さんの乳幼児の歯に関するお話、歯科相談	千曲市歯科衛生士
体育あそび	… 親子で体を動かしてあそぶ (走れる頃～)	NPIC長野体育指導センター
0歳児のつどい	… 赤ちゃん体操・産後のストレッチなど (バスタオル持参)	若林洋子助産師
スマイルママ	… 子育て中のお母さんのためのストレッチなど (託児あり)	清水裕子先生
ツインズ&マザーズ	… 双子 (またはそれ以上) のお子さんを持つ親のつどい (託児あり)	

☆開催時間…各会場とも午前10時～11時(受付9時30分～)

☆持ち物…創造館・児童センター・児童館は上靴持参 0歳児のつどいはバスタオル持参

月	日	曜日	内 容	会 場	受付開始日
10月	3	火	0歳児のつどい	ことぶきアリーナ千曲(柔道場)	9月12日
	17	火	ツイズ & ザーズ	更埴子育て支援センター	9月26日
	24	火	戸倉(0歳児のつどい) 五加(親子リズムレク) 更級(わくわくお話し会) 上山田(リトミック)	戸倉・上山田地区の児童館	10月3日
	31	火	体育あそび	戸倉創造館	10月10日
11月	14	火	東部(親子リズムレク) 屋代(わくわくお話し会) 埴生(リトミック) 稲荷山(0歳児のつどい) 八幡(よい歯の教室)	更埴地区の児童センター	10月24日
	21	火	スマイルママ	戸倉創造館	10月31日
	28	火	リトミック	ことぶきアリーナ千曲(柔道場)	11月7日
12月	5	火	0歳児のつどい	戸倉創造館	11月14日
	12	火	戸倉(親子リズムレク) 五加(わくわくお話し会) 更級(リトミック) 上山田(0歳児のつどい)	戸倉・上山田地区の児童館	11月21日
	19	火	体育あそび	ことぶきアリーナ千曲(柔道場)	11月28日
1月	16	火	スマイルママ	ことぶきアリーナ千曲(柔道場)	12月26日
	23	火	リトミック	戸倉創造館	1月5日
	30	火	0歳児のつどい	ことぶきアリーナ千曲(柔道場)	1月9日
2月	6	火	体育あそび	戸倉創造館	1月16日
	13	火	ツイズ & ザーズ	更埴子育て支援センター	1月23日
	20	火	東部(わくわくお話し会) 屋代(リトミック) 埴生(0歳児のつどい) 稲荷山(よい歯の教室) 八幡(親子リズムレク)	更埴地区の児童センター	1月30日
	27	火	スマイルママ	戸倉創造館	2月6日
3月	5	火	リトミック	ことぶきアリーナ千曲(柔道場)	2月13日
	12	火	0歳児のつどい	戸倉創造館	2月20日

\*新型コロナウイルス感染拡大状況によっては中止・変更する場合があります。

【予約方法】

各講座の3週間前から予約を受付します。

希望の会場の連絡先へお申し込みください。(予約受付時間10時～17時)

ことぶきアリーナ千曲の予約… 更埴子育て支援センター TEL273-6180

戸倉創造館の予約… 上山田子育て支援センター TEL275-6017

児童館・児童センターの予約…ご希望の児童館・児童センターに電話予約をお願いします。

地区開催	東部児童センター……Tell 274-0415	戸倉児童館……Tell 276-1670
	屋代児童センター……Tell 272-5872	更級児童館……Tell 275-5812
	埴生児童センター……Tell 272-0421	五加児童館……Tell 275-4011
	稲荷山児童センター…Tell 273-3355	上山田児童館…Tell 275-1754
	八幡児童センター……Tell 274-3844	

【問い合わせ】

更埴子育て支援センター TEL 273-6180 Fax 273-6182  
休館日：土曜日、年末年始

上山田子育て支援センター TEL 275-6017 Fax 275-6027  
休館日：日曜日、年末年始