

2024年 **11月**

# 子育て支援センターうらわ



0・1・2歳のお子さんを中心に子ども同士や親子のふれあいの場、子育て中の方々の語らいの場としてご利用ください。

## ★にこにこ広場★【予約不要】

みんなが自由に過ごせる広場です。  
 予約なしでご利用いただけます。  
 予定表をよくご確認のうえ、利用時間内にご来館ください。  
 《利用対象》0・1・2歳のお子さんと保護者  
 《利用時間》午前 9:00～12:00 午後 13:00～16:00

※予約制の行事もあります ☎048-814-0481

- \* 行事内容・申込みについては裏面(次頁)をご覧ください。
- \* 予約制の行事が開催される時間帯は、その行事の参加者専用となりますので、ご注意願います。
- \* 混雑の際、入場制限をする場合があります。ご理解ご協力をお願いいたします。



〒330-0063

さいたま市浦和区高砂1-2-1エイバックスタワー浦和オフィス東館309

☎&FAX**048-814-0481** 相談専用☎**048-814-0480**

《休館日》第2・4月曜日 第5日曜日 祝日 年末年始

※11月29日(金)午後 館内点検・消毒のため休館

《開館時間》9:00～12:00 13:00～16:00

\* 当施設専用の駐車場・駐輪場はございません。近隣の駐車場・駐輪場等をご利用ください。

## 【お願い】

- \* 来館の際、ベビーカーは所定の場所にたたんで置いていただくようご協力をお願いいたします。
- \* 館内では大人の方は、**靴下の着用**をお願いいたします。
- \* オムツシート(タオル可)をご持参ください。
- \* ごみは全てお持ち帰りをお願いします。



| 月   | 火   | 水   | 木   | 金   | 土                  | 日  |
|---|---|---|---|---|--------------------|--|
|   | <p>予約制の行事が開催される時間帯のにこにこ広場は、その行事の参加者専用です。<br/>                     ★育児相談・★オンライン行事・★行事中も遊べます の時間帯や行事の前後は、参加者以外の方も遊べます。詳しくはお問い合わせください。</p> |   |   | 1<br>はじめてさん<br>いらっしやい!<br>9:30～10:30<br>★行事中も遊べます | 2                  | 3<br>文化の日<br>休館  |
| 4<br>振替休日<br>休館                                     | 5<br>《終日》1・2歳児専用<br>測定希望者限定<br>にこにこ測定日<br>測定時間<br>9:30～11:30<br>13:30～15:30   | 6<br>★オンライン講座<br>やさしいヨガ<br>13:30～14:00                        | 7<br>《終日》0歳児専用<br>0歳身体測定日<br>終日測定のみ<br>9:30～11:30<br>13:30～15:30<br>★看護師育児相談<br>9:30～11:30<br>13:30～14:45 | 8<br>《午前》は<br>1・2歳児専用<br>知育体操リトミック<br>11:00～11:30 | 9                  | 10<br>パパもママも<br>みんなで楽しむ<br>パパサンデー                        |
| 11<br>休館  | 12<br>予約制<br>子育て応援サロン<br>10:00～11:30  | 13  | 14<br>おしゃべり広場<br>助産師さんと一緒<br>9:30～11:00<br>★行事中も遊べます  | 15<br>★ライブ配信あり<br>親子でわらぼうた<br>11:00～11:30         | 16                 | 17<br>おしゃべり広場<br>栄養士さんと一緒<br>10:30～11:30<br>★行事中も遊べます    |
| 18<br>《午前》は0歳児専用<br>赤ちゃんと一緒に<br>産後ヨガ<br>10:45～11:15 | 19  | 20<br>予約制<br>はじめての方限定<br>ベビーリトミック・<br>ベビーマッサージ<br>13:30～14:00 | 21<br>親子で遊ぼう♪<br>多言語<br>11:00～11:30<br><br>予約制<br>離乳食講習会<br>①13:30～14:15<br>②14:45～15:30                  | 22  | 23<br>勤労感謝の日<br>休館 | 24<br>予約制<br>パパサンデー講座<br>想像しよう!<br>災害時の生活<br>10:15～11:15 |
| 25<br>休館  | 26<br>《午後》は0歳児専用<br>★気持ちのいい<br>抱っこから始まる<br>赤ちゃん何でも相談<br>13:00～15:00   | 27<br>《午前》は<br>1・2歳児専用  | 28<br>予約制<br>サンサンサロン<br>9:30～11:30<br>★発達相談<br>10:00～12:00  | 29<br>午後休館  | 30                 |  |

## ◆わいわいタイム◆【予約不要】

毎日10:20～14:20～ 各10分間、  
 子育て支援員による楽しいわらぼうた・手遊び・リズム遊び・絵本・紙芝居・体操など親子で楽しめるプログラムを行っています。地域のボランティアによる様々な企画の日もあります!(行事等でご変更になる場合もあります)



## ◆パパもママもみんなで楽しむパパサンデー◆【予約不要】

10日(日)のわいわいタイムは特別バージョン!  
 10:20～14:20～各15分間、ご家族で楽しめるいろいろなプログラムでわいわい盛り上がりましょう!



★**身体測定**★【予約不要】 ※0・1歳児はフェイスタオルをご持参ください。3歳未満のごきょうだいは一緒に測定できます。

《1・2歳児》にこにご測定日 ※測定希望者限定

5日(火) 9:30~11:30 13:30~15:30

通常のにこにご広場で測定も行います。測定を頑張った後に広場で遊べばあつという間ににこにご笑顔♪混雑状況により、先に来館し測定終了している方々に退室をお願いする場合がございます。



《0歳児》0歳身体測定日 ※終日測定のみ

7日(木) 9:30~11:30 13:30~15:30

0歳児は測定希望者が多い為、安全上終日測定のみとなります。申し訳ありませんが、測定前後はにこにご広場で遊ぶことはできません。



★**育児相談**★【予約制】 ※相談内容などの秘密は厳守いたします。

| 日時                                 | 相談名                         | 予約人数            | 内容                        | 申込日 |
|------------------------------------|-----------------------------|-----------------|---------------------------|-----|
| 7日(木)<br>9:30~11:30<br>13:30~14:45 | 看護師による育児相談                  | 先着5組<br>おひとり30分 | 保育園での豊かな経験をもつ看護師が相談に応じます。 | 随時  |
| 26日(火)<br>13:00~15:00              | 気持ちのいい抱っこから始まる<br>赤ちゃん何でも相談 | 先着4組<br>おひとり30分 | 助産師による相談<br>※0歳対象         |     |
| 28日(木)<br>10:00~12:00              | 発達相談                        | 先着4組<br>おひとり30分 | 公認心理士・発達心理学講師による相談        |     |

《サンサンサロン》【予約制】

28日(木) 9:30~11:30

公認心理士・発達心理学講師・子育て支援員に相談をされたことのある方や、発達に不安や心配のあるお子さんご家族は、ふれあいの場としてお気軽にご利用ください。ゆったりと遊びながら安心して過ごせるように子育て支援員が寄り添います。

◇なんでもお気軽相談◇【随時】

9:00~12:00 13:00~16:00

◎電話相談 048-814-0480 (相談専用)

◎来館相談 お気軽に子育て支援員にお声がけください。保育経験のある子育て支援員がご相談に応じます。



♡**予約が必要な行事**♡



★**オンライン行事**★ ※zoomで行うイベントです。お出掛けせずにお家から気軽に参加できます！

| 日時                    | 行事名                          | 定員・対象 | 内容  | 申込日                   |
|-----------------------|------------------------------|-------|---|-----------------------|
| 6日(水)<br>13:30~14:00  | ★オンライン講座<br>やさしいヨガ ~首・肩スッキリ~ | 先着6組  | 毎日がんばっている自分へ、ご褒美ヨガ♪♪育児で疲労のたまりやすい部位にフォーカスして動いていきます。呼吸とともに身体を動かしてリフレッシュしましょう！ | 10/21<br>(月)<br>10:00 |
| 15日(金)<br>11:00~11:30 | ★ライブ配信<br>親子でわらべうた           | 先着6組  | おはなしサークルの方によるわらべうたと子育て支援員によるおはなしの読み聞かせです。センターでの参加者と一緒に楽しむライブ配信です！           |                       |

★オンラインイベント共通  
《注意事項》

- \*まずは、お電話で申し込みをしてください
- \*お申込みの際、受付専用アドレスをお伝えしますので、別途メールでのご連絡をお願いします。詳細はメールにてご案内いたします。
- \*不正アクセス防止と安全確保のため「ご自宅から接続・ビデオ付き(顔を表示・バーチャル背景不可)」での参加となります。

※必ず事前にオーディオチェックをお願いします。



★**その他の行事**★ 電話受付10:00~、1日に1行事まで予約受付します ※呼び出し音が長く続く場合は、一旦切ってお掛け直し願います。

| 日時                                     | 行事名                      | 定員・対象                            | 内容   | 申込日           |
|--|--------------------------|----------------------------------|--|---------------|
| 12日(火)<br>10:00~11:30                  | 子育て応援サロン<br>~ようこそ浦和区へ~   | 先着15組                            | 初めての子育て中の方や浦和区に転入して間もない親子を対象に地域情報の提供と参加者同士の交流などを行います。  | 10/15<br>(火)~ |
| 20日(水)<br>13:30~14:00                  | ベビーリトミック<br>・ベビーマッサージ    | 初めての方限定<br>0歳児・先着25組             | ベビーマッサージインストラクターによる、ピアノの音に合わせて体を動かすリトミックや成長促進に役立つマッサージです。*床に敷くタオルをご持参ください。                         | 10/21<br>(月)~ |
| 21日(木)<br>①13:30~14:15<br>②14:45~15:30 | 離乳食講習会                   | ①0歳4~7か月<br>②0歳8~11か月<br>各回先着20組 | 認可保育園の栄養士と保育士によるお話です。<br>①離乳食初期対象・離乳食を始める際の基本について学びます。<br>②離乳食中期以降の進め方や疑問や悩みに沿ってお話します。             |               |
| 24日(日)<br>10:15~11:15                  | パパサンデー講座<br>想像しよう！災害時の生活 | パパとご家族<br>先着20組                  | 地域の防災士を講師に迎え、みんなで感じ考える防災講座です。赤ちゃんを子育て中の今だから、災害をリアルにイメージしてみよう！※浦和区内の防災情報を扱う内容になります(他の区の方も参加いただけます)。 |               |



♡**予約のいない行事**♡

※行事の時間中は、進行上の都合で遊具・玩具をあらかじめ片付ける場合があります

| 日時                    | 行事名                                   | 定員・対象            | 内容   |
|-----------------------|---------------------------------------|------------------|--|
| 1日(金)<br>9:30~10:30   | はじめてさん、いらっしやい！                        | 広場のご利用が<br>初めての方 | にこにご広場に行ってみたくけれど、初めては少し不安…そんなはじめてさん同士で交流しながら広場遊びを体験しませんか？お気軽にご参加ください！  |
| 8日(金)<br>11:00~11:30  | 知育体操リトミック                             | 1・2歳児            | リトミック、絵カード、歌などの知育レッスン+親子体操です！バランス良く発達の土台を培うにはあらゆる分野からアプローチしましょう！※歩行できるお子さん向けの内容です。   |
| 14日(木)<br>9:30~11:00  | おしゃべり広場<br>♪助産師さんと一緒                  | 0~2歳児            | 助産院で日々多くの母子に寄り添う助産師が、にこにご広場に常駐します。出産や産後の思い出、失敗談・成功談や今知りたいこと、などをみんなで共有・共感しながら楽しくお喋りしませんか？楽しいひとときを子育て支援員が寄り添います！                       |
| 15日(金)<br>11:00~11:30 | 親子でわらべうた                              | 0~2歳児            | おはなしサークルの方によるわらべうたとおはなしの読み聞かせです。<br>※同時進行でライブ配信あり  |
| 17日(日)<br>10:30~11:30 | おしゃべり広場<br>♪栄養士さんと一緒                  | 0~2歳児            | 保育園の給食作りや伝統食教室などで多くの親子に寄り添う管理栄養士・調理士のボランティアが、にこにご広場に常駐します。わが子の食事にまつわる失敗談・成功談をみんなで共有・共感しながら、子どもの「食べる」を楽しく考え、お喋りしませんか？子育て支援員が案内役を務めます。 |
| 18日(月)<br>10:45~11:15 | 赤ちゃんと一緒に「産後ヨガ」<br>※ヨガマットがある方はご持参ください。 | 0歳児              | 産後のママが気になる身体の歪みや肩こり、腰痛の改善をしながら、赤ちゃんとのふれあい遊びなども、親子で楽しみましょう！<br>※ねんねのお子さんは床に敷くタオルをご持参ください。   |
| 21日(木)<br>11:00~11:30 | 親子で遊ぼう♪多言語                            | 0~2歳児            | いろいろな国の歌や踊り、手遊びなどで多言語に親しみましょう！多言語堪能な方の参加も大歓迎です！  |

