

■■■1月 烏山地域子育て支援コーディネーター便り■■■

10日(水) 10:30~12:00

ぶらんこ粕谷

12日(金) 10:30~12:00

くみの木ひろば

(上北沢こぐま保育園内)

15日(月) 10:30~12:00

びんぼ〜ん

15日(月) 10:30~12:00★

かみぎたFive

@都営上北沢五丁目第3アパート集会所

18日(木) 10:30~11:30

おひさまひろば(祖師谷保育園内)

23日(火) 10:30~12:00★

プレ&はじめて子育てパパママの

カフェ de ほっとサロン@ななつこの

25日(木) 12:30~14:00

ほっぼちゃんひろば(福音寮内)

29日(月) 10:00~11:30

ぶちぶりっじ北烏山@ぶんぶくテラマチ

(寺町通り区民集会所)

そのほか、各児童館にも月に1回行ってます!  
詳しくはぶりっじのInstagramをみてね☆



★印のものはこちらから  
ご予約ください♪

相談はメールや電話でもできます

☎070-6478-8895 ✉shien-karasuyama@setagaya-kosodate.net

※1月の休業日: 1/1~5(冬季休業)、11、17



<今月のプログラム紹介>

『病院に行く前に知っておきたいこと』

1/13(土)10:30~11:30

【要予約・8組程度】ひろば

子どもの健康を守るためにはどうしたら良いの? 「子どもの健康管理ガイドブック※」を活用して、安心して子どもの病氣と向き合える方法を教えていただきますよ!

※当日配布します。

講師: 東京立正短期大学非常勤講師

「子どもと医療」阿真京子さん

※終了後15:00までひろばで遊べます。

『外あそび』

【予約不要・現地集合・出入り自由】

※雨などで中止の場合はHP/Instagramでご連絡します。

@ぶりっじ近くの公園

1/11(木) 9:30~11:30

@南烏山2丁目みんなのにわ緑地

1/18(木) 9:30~11:30

@もぐら公園 with ちびっこプレーパーク

1/25(木) 9:30~11:30

はじめての方はお気軽にお電話ください♪  
03-3309-8115

寒い時期なので寒さ対策もして遊びに来てね!  
外あそびはじめてさんもお待ちしています♪

おでかけひろば

ぶりっじ@roka

東京都世田谷区南烏山2-30  
UR 芦花公園団地11号棟1F

Tel 03-3309-8115

roka@setagaya-koSodate.net

<https://www.setagaya-kosodate.net/hiroba/bridge/>

0123歳の子どもと保護者

プレママ・プレパパ

地域の方 など



BURIZZI.ROKA



おでかけひろばぶりっじ@roka  
(UR 芦花公園団地11号棟1階)

芦花公園駅より徒歩3分 千歳烏山駅から徒歩9分



おでかけひろば

ぶりっじ@roka

2024年1月 vol.40



HAPPYになること聞かせて♪

~ママやパパに好きなことや得意なことを聞きました♪~

☆音楽を聴く(ラップ、Mr.Children...)、ライブに行くこと!(^^)!

☆バレーボール、スキューバやシュノーケル!

☆楽器を弾くこと(ピアノ、ギター、ヴァイオリン...)

☆コンビニスイーツの新作をチェックする♪

☆子どもが寝たあとにパパと一杯! ☆マッサージをゆっくりうける

☆朝ドラやアニメをみること♪ ☆旅行・温泉・サウナに行く(\*^^\*)

☆ミシンや編み物

☆本を読むこと(マンガ、絵本、小説)

他にもたくさんのコメントいただきました!  
皆さんもひろばに来たら是非聞かせてくださいね♪



<スタッフからのメッセージ>

『助産師さんとみんなでおしゃべり』でどんなこと話してるかな?

たらちね助産院をやっています助産師の大坪です。妊婦さんから産後2歳ぐらいまでのかたのご参加があります。いつも4~5人くらいご参加いただいて1時間過ごさせていただいています。

そこでの話題になるのは、赤ちゃんの栄養が足りてるのかな、母乳育児のこと、赤ちゃんの眠り、離乳食のこと、赤ちゃんの発育や成長、産後の身体のこと、育児の分担、上のお子様や家族と関係のこと、妊娠中の準備など、様々な内容があります。

他の方がどのように育児をして過ごしているのかを知ることによって安心されることが多いです。言葉にしてだれかに伝えることで問題が整理できてやってみようと思えることや、このままで大丈夫と思えることが増えますよ。

お気軽にご参加ください。(たらちね助産院 助産師 大坪さん)

# 1月のひろば内のスケジュール ※「ひろば」は予約不要

1	2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土	日
				ひろば		
8	9	10	11	12	13	14
	ひろば		ひろば	ひろば	病院に行く前に 知っておきたいこと 10:30~11:30 【8組程度・事前予約】 ひろば11:30~15:00	
15	16	17	18	19	20	21
助産師さんと みんなでおしゃべり 10:30~11:30 【事前予約】 ※空きがあれば当日も○ ひろば10:00~15:00	ひろば	おはなし会 11:00~11:30 【予約不要】 ひろば10:00~15:00	ひろば	ひろば		
22	23	24	25	26	27	28
ひろば	プレパパママ 6カ月までの会 10:00~11:30 【8組・事前予約】 ひろば11:30~15:00	ひろば	ひろば	ひろば	ひろば	
29	30	31	ハピセパ（一時預かり）予約開始日 1/5（金）→ 2/1 ~14分※7日休み 1/15（月）→ 2/15~29分			

# 1月のひろば外のプログラム・イベント

1	2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土	日
< 感染予防のためのお願い > ご家族の通う保育園、幼稚園、学校などが感染症により休園・休校となった場合、また、咳などの風邪症状がある場合は来室をお控えください。						
8	9	10	11	12	13	14
			外あそび ぶりっじ近くの公園 9:30~11:30 【予約不要・出入自由】			
15	16	17	18	19	20	21
			外あそび 南鳥山2丁目 みんなのにわ緑地 9:30~11:30 【予約不要・出入自由】			
22	23	24	25	26	27	28
のんびりゆったり おしゃべりタイム 10:00~11:30 【6組程度】 ※できれば予約ください 【12号棟集会所】			外あそび もぐら公園 with ちびっこプレーパーク 9:30~11:30 【予約不要・出入自由】	赤ちゃんのふしぎ ①10:30~11:30 ②13:00~14:00 【各回7組・事前予約】 【12号棟集会所】	パパママみんなで 一緒にプラレール 10:00~13:00 【予約不要】 【12号棟集会所】	
29	30	31	ぶちぶりっじ @ぶんぶくテラマチ 10:00~11:30 【8組・事前予約】			

「ひろば」 10時～15時開室【予約不要・出入自由】♥ハッピーセパレーション（一時預かり）をしている日

## ◆ひろば内の食事時間 11:30~13:00頃◆

大人も子どももひろばで食事ができるようになりました。電子レンジ、ポットご利用いただけます。レジャーシートの貸し出しもしています。お外での食事でもできますよ♪スタッフにお声かけください。

## ◆カフェコーナー◆

カフェコーナー復活！一日を通していつでも飲めます。子どもをみんなで見守りながら、ひと息つきましょ♪各種飲み物があります。※実費をいただいています。

<ぶりっじは「らっこスペース」です>



ちょっと疲れているから横になりたいな、でも子どもが起きてると休めない…  
そんなときにもぶりっじをご利用ください。  
お子さんはみんなで見合うので、ほっとひと息ついてください。  
横になれるマットがあります♪



<ハッピーセパレーション> 理由を問わない一時預かりです。（通称ハピセパ）

利用可能時間 平日10:00~15:00の間で2時間～最大4時間  
利用料金 2時間1500円以後1時間毎に1000円（「せたがや子育て利用券」可）  
利用対象 生後4か月～未就園児（3歳）

※詳細はお気軽にお問合せください。事前登録が必要です。  
※たくさんの方にご利用いただくために月2回（前半・後半 各1回）のご利用にご協力ください。

予約制プログラム予約開始日 昼頃～  
1月全て 12/18（月）  
2月全て 1/22（月）

ご予約はこちらから  
<https://airrsv.net/bridge-roka/calendar>  
※中止・変更などはHPに案内します。



- 助産師さんと  
みんなでおしゃべり  
たうちね助産院 助産師 大坪さんとみんなでおしゃべりしましょう。  
『母子手帳』をお持ちください。【事前予約（空きがあれば当日可）・無料】
- おはなし会  
世田谷おはなしネットワークのみなさんによる絵本の読み聞かせです。  
【予約不要・無料】
- 赤ちゃんのふしぎ  
理学療法士 中原さんからの発達についてみんなで考えます。※食事のことを聞きたいときは、食べている時の動画や食べ物の写真があると良いよ♪  
【事前予約（空きがあれば当日可）・500円※「せたがや子育て利用券」使えます】
- のんびりゆったり  
おしゃべりタイム  
療育に通うお子さんと保護者のみなさん一緒におしゃべりしましょう。見守りあり。保護者のみの参加も大歓迎です。【できればご予約ください・無料】
- タイ古式マッサージ  
癒し処一時屋 阿出川さん「身体のつらいところ、どこでもほぐします」  
【700円/1回10分 ※10分単位延長可 ※当日ひろば内にて予約受付】
- プレパパママ～  
6か月までの会  
妊婦さんとそのご家族～生後6か月の親子の会です。  
妊婦さんは産後のことを先輩に聞く事ができます！産後の方は近い月齢の親子に出会えますよ♪【事前予約（空きがあれば当日可）・無料】