

■■5月 烏山地域子育て支援コーディネーター便り■■■

7日(水) 10:30~12:00  
ぶらんこ烏山  
8日(木) 10:30~12:00  
まるから @北烏山8丁目22-18  
9日(金) 10:30~12:00  
くみの木ひろば(上北沢こぐま保育園内)  
12日(月) 10:30~12:00  
★かみきたFive  
@都営上北沢五丁目第3アパート集会室  
12日(月) 10:30~12:00  
びんぼ〜ん  
15日(木) 10:30~12:00  
おひさまひろば(祖師谷保育園内)

22日(木) 10:30~12:00  
ぼっぼちゃんひろば(福音寮内)  
27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  
27日(火) 10:00~11:30  
ぶちぶりっじ北烏山@常栄寺

※からフル(都立世田谷泉高等学校)は5月開催予定です。詳しくは後日お知らせします!



★印のものはこちらからご予約ください♪



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☆

相談はメールや電話でもできます

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

※5月の休業日: 5/1, 21, 29

<今月のぶりっじイベント・プログラム紹介>

~ぶりっじ15周年お祝い月間~  
みんなで準備から一緒に楽しみましょう!

★春まつり★

5/24(土)10:00~14:00【出入り自由】  
【予約不要・雨天時UR12号棟集会室で縮小開催】  
UR芦花公園団地 中央広場とその周辺

ぶりっじ前の広場を中心に、バザー、手づくり小物の販売、  
キッチンカー、パンの販売、ゲームコーナー、わたあめ、  
おはなし会など内容もりだくさんです!  
地域のみんで楽しみましょう♪

★バザーウィーク★  
5/26(月)・27(火)・28(水)・30(金)  
10:00~15:00【ひろばデッキ】

☆バザー一品募集します☆  
5/14(水)・15(木)・16(金)・19(月)  
20(火)・21(水) 10:00~15:00  
上記日時にご持参ください。  
衣類は春夏の新生児、乳幼児、子ども服、  
マタニティ衣類(衛生品は新品のみ)、絵本、  
おもちゃ、靴など。  
大型の物、雑貨類は事前にご相談ください。

芦花保育園の園庭で遊ぼう!

5/14(水) 9:30~11:00【現地集合・現地解散】  
ぶりっじの近くにある芦花保育園の園庭で  
保育園の子どもたちと一緒に遊びましょう♪

はじめての方、お気軽にお電話ください♪  
03-3309-8115

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/>

概ね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  
NPO法人せたがや子育てネットでは活動を応援してくれる  
会員や寄付を随時募集しています。  
<https://www.setagaya-kosodate.net/contribute/>

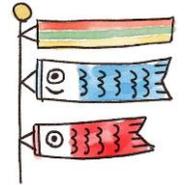


おでかけひろば

15周年

ぶりっじ@roka

2025年5月 vol.56



簡単に栄養がとれるおやつって何かな?

ひろばのみなさんと、お腹がすいたときやおやつのこと、お話ししました♪

- ☆おにぎり  
(夕飯で残ったご飯をおにぎりにして冷凍しておくといいよ)
- ☆おやき・ホットケーキ・蒸しパン  
(ミックスを使って簡単に、すりおろした人参や刻んだほうれん草を混ぜたり…)

☆ゆでたまご(たまごの殻むきのお手伝い~きれいにできなくてもOK)

☆ふかし芋(お弁当に入れたり、おやつに持ち歩いたり)

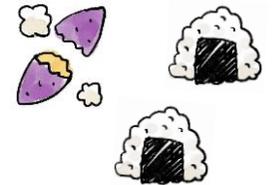
☆煮干し ☆干し芋(持ち運びしやすいよ)

☆人参グラッセ ☆黒豆(甘いおかずをおやつにも)

☆バナナ  
(冷凍したバナナは冷たいのでゆっくり食べて食べ過ぎを防げたり、シャーベット感覚で市販アイスの代わりに! 冷凍保存するときは皮をむいて斜め薄切りが食べやすいよ)

☆板のりを1/4に切り、スライスチーズと交互に重ねて、サイコロ状の食べやすい  
大きさにカットする。カルシウムや鉄分もとれて、お弁当にも。

夕飯を作りながら、味見、つまみ食いをさせてあげると、いろいろな食材を  
楽しみながらよく食べてくれます…との声もありました。



<スタッフからのメッセージ>

あっという間に15歳!

赤ちゃんがいる生活は、毎日毎日を少しずつ積み上げながらゆーっくり変化しているもので、  
行ったり来たりもしつつ、でも振り返ってみたら「わあ、こんなとこまでできてる」って  
驚くことがあります。先の長い道のりですが、みんなと一緒に進んでいけるよ。

おでかけひろばぶりっじ@rokaも、おかげさまで地域の皆さんと共に暮らしているうちに15周年  
を迎えることができました。本当にありがとうございます。  
「ひろばは気持ちを持ってくださる場所」と教えてくださったのは故・新澤誠治先生。  
いつでも、どんな時でもどんな気持ちでも持ち寄って、一緒に子育てを喜び合い、  
子どもたちにのびのびすごしてもらえ場所であり続けたいと思います。  
これからもどうぞよろしく願いいたします。(代表 松田)

## 5月のひろば内スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
<p>&lt;ひろば開室&gt; 月~金 10:00~15:00 土曜日 月2回                      ※開室時間に特記がないところは、上記のとおり開室しています！ぶらりと遊びに来てください。                      ♥ハピセバをしている日 ☆らっこスペースの日</p>						
<p>&lt;感染予防のためのお願い&gt;                      ご家族の通う保育園、幼稚園、学校などが                      休園・休校・学級閉鎖となった場合、                      咳などの風邪症状がある場合は来室をお控えください。</p>			1 休み	2 休み	3 ♥★ 15周年 お祝い月間	4 休み
5 休み	6 休み	7 ♥★ 助産師さんと みんなでおしゃべり 10:30~11:30 【できれば予約】	8 ♥★	9 ♥★ おはなし会 11:00~11:30 【予約不要】	10 ♥★	11 ★
12 ♥★	13 ♥★ プレバパママ~ 6カ月までの会 10:00~11:30 【6組程度・予約】 ひろば11:30~15:00	14 ♥★	15 ♥★ 6月後半ハピセバ 予約開始10:00~	16 ♥★	17 ♥★	18 ♥★
19 ♥★ ☆バザー一品募集☆ 5/14(水)15(木)16(金)19(月)20(火)21(水) ひろばに持って来てね!	20 ♥★	21 ♥★	22 ♥★	23 ♥★	24 ♥★ 春まつり 10:00~14:00 ひろば内は… 絵本読み聞かせ ①10:30~②13:00~	25 ♥★
26 ♥★ 6月の予約プログラム 予約開始 昼頃~	27 ♥★	28 ♥★	29 ♥★	30 ♥★	31 ♥★	31 ♥★

## 5月のひろば外スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
<p>ぶりっじ@rokaの前には、四季を感じられるUR芦花公園団地の緑地があります。                      ぶりっじ前には三輪車やコンピカーがあり、自由に使えます。                      お砂場道具、レジャーシートもあります。お散歩コースに是非♪</p>						
<p>プログラムご予約はこちらから  <a href="https://airrsv.net/bridge-roka/calendar">https://airrsv.net/bridge-roka/calendar</a>                      ※中止・変更などはHPに案内します。</p>			4 休み	5 休み	6 休み	7 休み
8 休み	9 休み	10 ★ 未就学の子まで OK!!	11 ★ プラレールと 空き箱工作で あそぼう 10:00~14:30 【予約不要・集会所】	12 休み	13 休み	14 ★ 芦花保育園の 園庭で遊ぼう! 9:30~11:00 【現地集合・現地解散】
15 休み	16 休み	17 休み	18 休み	19 ★ 中止や場所変更がある時には ブログとインスタでお知らせします	20 ★ 助産師さんと ヨガ体験&おしゃべり会 10:15~11:45 【6組程度・事前予約】 【12号棟集会所】	21 ★ 理学療法士さんと いっしょにおしゃべり ①10:30~11:30 ②13:00~14:00 【7組予約・集会所】
22 休み	23 ★ 春まつり 10:00~14:00 ぶりっじ前の広場 ※雨天時は… 12号棟集会所	24 ★	25 ★	26 ★ のんびりゆったり おしゃべりタイム 10:00~11:30 【6組程度・集会所】 できれば予約ください	27 ★ ぶちぶりっじ @常栄寺 10:00~11:30 【5組・予約】	28 ★
29 休み	30 休み	31 ★	31 ★	31 ★	31 ★	31 ★

### ◆ ひろば内の食事 ◆ 11:30頃~13:00頃

大人も子どももひろばで食事ができます。電子レンジ、ポットなど自由にお使いください。  
レジャーシートの貸し出しもしています。外でピクニックもできますよ♪

### ◆ カフェコーナー ◆ いつでも利用OK

お茶やコーヒーを飲んでちょっとひと息つきましょう♪ 【飲み放題100円・1杯50円】

### らっこスペース 【予約不要・無料】

ちょっと横になりたいな、そんなときにもひろばをご利用ください。  
ひろばでごろんと横になって休んじやいましょう！

子どもはスタッフやみんなで見守ります。利用したい時はスタッフにお気軽にお声かけください。

### <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  
※世田谷区一時預かり利用者負担軽減事業利用可(対象の方のみ)

利用対象 世田谷区に住む生後4か月~未就園の子ども

※ 詳細はお気軽にお問合せください。事前登録が必要です。

※ 登録の時には、医療証、保険証、母子手帳、現金500円が必要になります。

※ 前・後半各1回、予約日翌日以降に空きがあれば追加1回(最大月3回)ご利用いただけます。

助産師さんと  
みんなでおしゃべり

助産師さんに、子どものこと、ママのことなど今気になっていることを聞いてみましょう。「母子手帳」をお持ちください。【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読み聞かせです。【無料】

理学療法士さんと  
いっしょにおしゃべり

理学療法士さんのナビゲートで、こどもの発達について、こどもの姿から学びます。【500円 ※「せたがや子育て利用券」可 ※妊婦さん初回無料】

プレバパママ~  
6ヵ月までの会

近い月齢の赤ちゃんとうったり過ごせます。妊婦さんは赤ちゃんのいる生活を感じられるので是非ご参加ください。【無料】

マづくりの会

工作など色々な手仕事を楽しみましょう。【基本無料】

外あそび

赤ちゃん~ちょっと大きな子たちまで、みんなで遊みましょう。【出入り自由】

ぶちぶりっじ@常栄寺

北鳥山の出張ひろばです。季節を感じながら過ごしましょう【無料】

プラレールと  
空き箱工作であそぼう

プラレールをたくさん広げて遊べます。空き箱で創造力を膨らませて遊ぶのも楽しいですよ。赤ちゃん向けおもちゃも持参しています。【出入り自由】

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。見守りあります。保護者のみの参加も大歓迎です。【無料】

タイ古式マッサージ

癒し処一時屋 阿出川さんによるマッサージ。「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】