

2025



おでかけひろば おりーぶ

プレママ・プレパパ、乳幼児のいるご家族と地域の方々
交流できるアットホームな場所です。地域につながりを作り
いろんな人にかかわってもらいながら一緒に子育てしていきましょう。



月	火	水	木	金	土	日
1 防災おくめし 10:30頃～	2 わらべうた 13:30～14:00	3 MTGのため ひろばお休み	4	5	6 申込 沐浴練習会 13:00～14:30	7
8	9	10 申込 栄養士さんと 話そう！ 10:30～12:00	11	12 ちゅるすぺーす やっくして いってね	13	14
15	16 申込 キャパシター 体験 13:30～14:30	17 ころころすくすく 10:30～11:30 対象：妊娠中～ 産後6か月頃	18 地域子育て支援 コーディネーター 来室日 10:30～11:30	19 ちゅるすぺーす やっくして いってね	20 パパ 優先の日 パパDAY	21 Xmas week
22 お外遊び @ぽかぽか広場 ひろばもオープン しています♪	23 おはなし会 10:30～11:00	24	25	26 ちゅるすぺーす やっくして いってね	27	28
29	30	31 大晦日	今月の地域子育て支援コーディネーター来室日 12月18日(木)10:30～11:30 ひろばで子どもを遊ばせながらお話しできます。 申込み不要です。時間内に直接お越しください。			

おでかけひろば

なんてことない「日常」。でも、それを地域の仲間と積み重ねていく大切さを感じています。
みんなで子ども達をみながら、「にっこり」「ほっこり」する貴重な時間を一緒に過ごしましょう♪



オープン：月・火・水・木・土 10:00～15:00 ランチタイムはおおむね11:30～13:00 大人も子どもも食事ができます
※時間内は出入り自由です ※臨時・GW・お盆・年末年始などのお休みはカレンダーでお知らせします

対 象：プレママ＆プレパパ・0～3歳までのお子さんとその保護者の方

利 用 料：無料 ※プログラム等に参加費がかかることもあります

プログラム：各プログラムの詳細は裏面をご覧ください

申込 このマークのプログラムはお申込みが必要です

対象 このマークのプログラムは対象の方がご参加いただけます

※感染拡大防止のためお願い

利用者様またはその同居のご家族様が以下の事項に当てはまる場合には来室をお控えください

・感染症を疑う症状がある ・感染症のため、在園・在学先が休園・休校・学級閉鎖中である

おでかけひろば おりーぶ
158-0083世田谷区奥沢2-30-19
olive@setagaya-kosodate.net
03-6421-4085

ひろばの様子や
お知らせは
各SNSで配信中→



🌳 今月のお外遊び 🌳 ぽかぽか広場

12月23日(火) 10:00~11:30

※申し込み不要 現地集合

【場所】玉川田園調布1-19-11

ぽかぽか広場へ出かけましょう！

晴れた日は丘から富士山が見えますよ。

※雨天時は等々力児童館で遊びます

【場所】等々力児童館：等々力3-25-16

(変更時は朝SNSでお知らせします！)

OBやOG
兄弟姉妹
地域の方
ご参加も

♥ わらべうた ♥

12月2日(火) 13:30~14:00

地域の方に教わる歌いながら手遊びするわらべうた♪
親子のスキンシップや寝かせつけの時にも歌えますよ。

♥ パパDAY ♥

12月20日(土) 10:00~15:00

パパ優先のひろばの日です。パパとおりにーぶに行こう！
パパと一緒に好きなクリスマスオーナメントを作ってお
りにーぶに飾ろう♪

♥ おはなし会 ♥

12月24日(水) 10:30~11:00

世田谷おはなしネットワーク「百音の樹(モネノキ)」の方
によるおはなし会です。絵本や紙芝居、手遊び歌も♪

申込

沐浴練習会

12月6日(土) 13:00~14:30

定員：4組程度 参加費：無料

お湯を入れたベビーバスを使って、お人形で沐浴の練
習をします。少人数でじっくりどうぞ◎
抱っこの練習や、育児情報もお伝えしています。
※当日は15時までひろばの見学もできます。

★申込みは下記2次元コードか、ひろばスタッフまで。

今月の 防災おくめし

12月1日(月) 10:30ごろ~

参加費：¥100(大人のみ) 申込み不要

もしもの時に慌てないように一緒に練習！
ビニール袋とお鍋でご飯を炊いてみよう。
0歳ちゃん用におかゆも一緒に炊くよ♪
出来上がったご飯をみんなで試食タイム。
防災のお話もあります。

地域近隣の方のご参加も
お待ちしております

各プログラム・らっこスペース申込みは→
こちらのフォームか、お電話または
スタッフにお声かけください。



今月のおりーぶ講座(※申込み制です)

申込

『キャパシター体験』

~こころとからだのセルフケア~

12月16日(火) 13:30~14:30

佐光 正子さん 星野幸子さん 塩原佐智子さん

NPO法人コミュニティ・ネットワーク・ウェーブ

定員：6組程度 参加費：無料

最近頑張りすぎて疲れていませんか？たまにはゆっくり
深呼吸。気持ちも体もゆるめてあげましょう。自分のイラ
イラや不安を自分自身で和らげるセルフケア体験です。も
ともとあなたに備わっている力を引き出して、穏やかな
時を一緒に過ごしませんか？

『ころころすくすく』

助産師さんとあそぼう~発達応援

助産師 吉田敦子さん

12月17日(水) 10:30~11:30

※年間予定日程変更になっています

申込み不要 参加費：無料

妊娠中~産後6か月頃までのご家庭対象

0か月からの遊びや赤ちゃんが喜ぶ抱っこのしかたを助
産師さんと実践！！飲んで、寝て、遊ぶ日々の育ちを一
緒に応援していきましょう。
赤ちゃんがおなかにいるときからの、心地よい時間や妊
娠中の体の動かし方も知っていると安心です。

* * * * *

申込

『栄養士さんと話そう！』

たまがわ栄養士の会 栄養士さん

12月10日(水) 10:30~12:00

定員：6組程度 参加費：200円(試食材料代)

対象：離乳食をこれから始める方・少し始めた方
持ち物：普段使っているスプーン・使ってみたいスプーン

簡単な野菜スープを実際に作ってみます。試食もできま
すよ。栄養士さんと離乳食のスタートについて話してみま
せんか？口の動かし方や座り方はどうかな？

※一部プログラムの実施時間中は通常のひろば利用を制限する場合があります



世田谷区おでかけひろば「ほっとひと息事業」

楽しく子育て "らっこスペース"

おりーぶではひろばがお休みの日に実施してい
るので一組でゆっくり過ごせます。休んでいる間は
スタッフがお子さまを見守りしています。

★12月の実施日★	12(金)	19(金)	26(金)
①10:00~11:30	○	○	○
②11:45~13:15	○	○	○
③13:30~15:00	○	○	○

●産前~概ね産後6か月位のご家庭対象(世田谷区民の方)

●利用料 無料

●予約制 予約フォームまたはスタッフへ声をお掛けください

※一家庭毎月2枠程度を目安に譲り合ってご利用ください