



# あひるタイムつうしん

中野区立上高田児童館

中野区上高田 5-30-15 ☎ &FAX 03(3388)6148

✉ kamitakadajidoukan@city.tokyo-nakano.lg.jp

2026年



上高田児童館  
HPのQRコード

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11 休	12	13	14
15	16	17	18	19 ぽかぽか ひろば	20	21
22	23 休	24	25	26	27	28

※ 8 (日) ふらっとサンデーは、選挙の関係で、お休みです。

※26 (木) 午前中は、講座のため、ほっとルームは利用できません。

	あひるタイム 11:00~11:45 (プログラムは11:00~11:30です)
	はじめてあかちゃんタイム 11:30~12:00
	サタテー・プロジェクト「プラレールデー」 10:00~12:00
	ふらっとサンデー 9:30~16:30
	パワーズ・オン・サンデー 10:00~15:00

《ホールの利用時間について》

月~金 10:00~14:00

土・学校休業日 10:00~13:00



## あひるタイム プログラム

(子育てなかま作り支援事業)

4 (水) 布あそび

6 (金) お店やさんごっこ

13 (金) 「バレンタイン」工作

18 (水) おはなし会 &  
おおきくなったかな

20 (金) わくわくタイム

25 (水) るんるんタイム

27 (金) ひなまつり工作

水・金 11:00~11:45 (プログラムは11:30まで)

お買い物をして、いろんなお店をやってみよう

画用紙を使ってハート型の手提げを作りましょう。

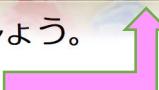
図書館のすてきな絵本をお楽しみに。

身長・体重を月1回計っています。

からだをうごかしてあそびましょう。

パネルシアター や絵本などを楽しみましょう。

おひなさまを作りましょう。



### 地域育児相談会 「～おやこでリラックス～ ベビーマッサージ」

26(木) 10:40~11:40(受付 10:20~)

講師

代田 佳恵氏(助産師 看護師)

対象

2か月から1歳未満まで 会場 上高田児童館 ほっとルーム

申込

2月5日(木)10時から 先着15組まで(電話または来館にて申し込み受付)

### 「利用者支援専門員」(いくさぽさん)にお気軽にお声掛けください

上高田児童館には「利用者支援専門員」が配置されています。相談者のニーズに合わせ、子育てに関する情報提供やサービスを受けられるように、関係機関・事業とのつながりを支援します。

上高田児童館では、月~土曜日(火曜日を除く)の午前10時~午後5時 在席しています。

\*些細なお悩みから毎日の不安まで、様々なお話を相談をお受けします。保護者の方のみでも、お子さん連れでも大丈夫です。

サタデープロジェクト **プラレールデー**

**7(土)10:00~12:00**



パパとママとみんなで、ホールいっぱいにプラレールを広げてあそぼう！

\*プラレール以外のおもちゃも自由に使えます。

## はじめてあかちゃんタイム

**12(木)11:30~12:00**

第1子、0歳のお子さんを育てている方が対象です。おしゃべりや手遊びなど、楽しい時間を過ごしましょう。



上高田図書館の職員による

## おはなし会

**18(水)11:15~11:30**

図書館のスタッフによる楽しい「おはなし会」  
今回は、どんなお話を聞けるかな？



## パワーズ・オン・サンデー

**22(日)10:00~15:00**



12:00~13:00は、おひるやすみです。

乳幼児親子さんの遊び場としても人気です！

日ようびのじどうかんをみんなにかいほう！

(ホールと小学生ルームが使えます。)

※地元ボランティア「NPO法人 上高田パワーズ」が

実施する「中野区放課後子ども教室推進事業」です。

代表者 田川 090-7222-1060

## 上高田児童館の開館日と開館時間(2025年4月~)

○開館日、時間 月・火・木・土 10:00~18:00  
水・金 10:00~19:00

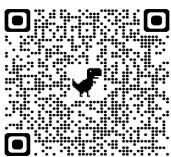
※18:00以降の利用は、原則として乳幼児親子と中高生世代のお子さんです。

○休館日 日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

○未就学児は必ず保護者と一緒にご利用ください。

○11:45~13:45に昼食利用ができます。利用の際は必ず職員にお知らせください。

中野区HPの  
QRコード⇒



## ぽかぽかひろば

### おひなさま工作&カフェ

**19(木)10:30~12:00**

地域の子育て支援グループ「ぽかぽかひろば」が運営・実施する事業です。おしゃべりタイムなど、乳幼児のための居場所づくりの活動をしています。

問い合わせ 庄 090-9395-2745



日曜日乳幼児親子開放事業

## ふらっとサンデー

**1(日)、15(日)  
9:30~16:30**

乳幼児親子さんの遊び場として

「ほっとルーム」を利用できます。

★対象：就学前のお子さんとその保護者  
(ご家族でも小学生以上は利用できません。)

※委託事業者による開放事業のため、利用できる場所や遊具も、通常の開館日とは異なります。  
詳しくは職員におたずねください。