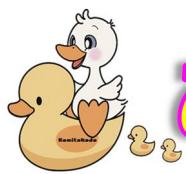


2026年



あひるタイムつうしん



上高田児童館
HPのQRコード

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

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



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



サタデープロジェクト「ブラレールデー」
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

※ 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。

《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)

水・金 11:00~11:45 (プログラムは11:30まで)

- 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

お買い物をして、いろいろ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しましょう。
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。
おひなさまを作しましょう。



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時に在席しています。

*些細なお悩みから毎日の不安まで、様々なお話やご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、どんなお話が聞けるかな？



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



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、どんなお話が聞けるかな？



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。



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。)

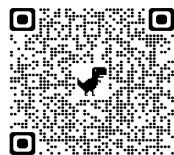
※地元ボランティア「NPO法人 上高田パワーズ」が
実施する「中野区放課後子ども教室推進事業」です。

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~)

中野区 HP の
QR コード ⇒



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。