すくすくひろば(地域子育て支援センター)　　2026 年 10 月 26 日発行



11月　西しゅく マーノ



多摩区宿河原２丁目 19 番地―６　　☎０４４－９３３－４１５２

昼夜の寒暖差が徐々に大きくなり服装の調整が難しい季節ですが、厚地やたくさん着こむと子どもは動きにくくなります。外に出る時には気温に合わせて１枚重ねると良いですね。 西しゅくマーノに来たら上着を一枚脱いで遊びましょう。 また天気の良い日には散歩や戸外遊びなど、冬に備えて元気な体作りが大事です。
今月は、直接来所で予約のイベントがあります。たくさん遊びに来てください。

★イベントは一週間前から来所・電話で予約を受け付けます。　受付時間　⇒　９：３０～１６：３０

室内　→　イベント以外の時間は、予約なしでご利用いただけます。
イベント中は、門にお知らせを出しています。
午前　９：３０　～　１１：４５
午後　２：００　～　４：１５
（園庭　午後　２：００　～　３：００）
午後、支援センターでイベントがある時には、園庭は使用できません。

・ご利用の際は検温をお願いします。 咳や下痢など体調に不安がある時はご利用をお控え下さい。
・初めての方は新規登録が必要ですのでいらして下さい。 イベントの予約は登録をしている方です。

★台風や大雨などの影響により避難情報や警戒レベル３以上が発表された場合は終日閉所になることがあります。

月	火	水	木	金
2	3 休み 文化の日	4（予約なし） ボール プールの日 	5（予約なし） ボール プールの日 	6（予約なし） 16：00 迄 ★身長体重測定
9（2 日より予約） 15：00 ★0～2 歳の ベビトレヨガ	10（2 日より予約） 9：50 ひのき屋 ライブ （室内通常）	11	12（5 日より予約） 11：00 ★英語で 遊ぼう	13（6 日より予約） 15：00 ★0 歳の ふれあい遊び
16（9 日より予約） 9：30 ★2 歳以上の子 一緒に遊ぼう	17	18（11 日より予約） 11：00 ★バレエ ストレッチ	19	20（予約なし） 16：00 迄 ★身長体重測定
23 休み 勤労感謝の日	24（17 日より予約） 9：30 ★誕生会	25（18 日より予約） 10：45 ★移動動物園 （室内通常）	26（19 日より予約） 11：00 ★よみきかせ	27（20 日より予約） 14：30 ★11 ヶ月迄の ベビーマッサージ
30（20 日より予約） 10：00 ★1 歳の ふれあい遊び	★ボールプールの４(水)と５(木)・１３(金)・１６(月)・２４(火)・３０(月) は一日中写真撮影ＯＫです			

２歳迄の
お子さん

≪ ベビトレヨガ ≫

11 月 9 日(月) 15：00 ～ 15：20

ヨガインストラクター　宇佐美 百合子さん

お子さんと脳トレを楽しみながら、ヨガで体を整えませんか。　（ヨガマット又はバスタオル持参）インストラクターはご利用のお母様です。　２日より予約

ママやパパが
楽しめます！

≪ 英語であそぼう ≫

11 月 12 日（木）11：00 ～ 11：20

講師　　おうすけ君のママ　浅田さん

英語で遊んで、歌って、触れ合いましょう。

今回のトピックは【動物】です。

講師は西しゅくマーノご利用のママです

５日より予約

親子でリズム
遊びも楽しみます

≪バレエストレッチ≫

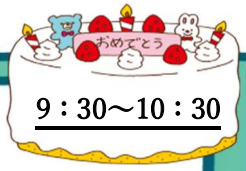
11 月 18 日（水）11：00 ～ 11：20

クラシックバレエ講師　　中野　遥さん

育児で頑張る体をほぐしてリフレッシュ。

（初めての方や体の硬さが気になる方も、お気軽にご参加ください）１１日より予約

講師は西しゅくマーノご利用のママです。



9：30～10：30

≪ お誕生会 ≫

11 月 24 日(火)

子どもさんの誕生や成長をお友達と一緒にお祝いしましょう。 可愛い手形を押した誕生カードをプレゼント。 親子の写真も撮ります。

両親参加もＯＫ。１７日より予約

楽しい
大型絵本も！

≪ よみきかせ ≫

11 月 26 日（木）11：00 ～ 11：20

読み聞かせボランティア　ＭＥＮＤＯＲＩさん

季節の絵本や乳児に向いている絵本を紹介。

そしてわらべうた遊びも楽しめます。

０歳児からＯＫ。　１９日より予約

11 ヶ月迄の
お子さん

≪ベビーマッサージ≫

ベビーマッサージインストラクター

荒井 璃瑠那さん

11 月 27 日(金) 14：30 ～ 14：50

ふれあい遊びから始まり、全身のベビーマッサージを行います。(バスタオル持参)

２０日より予約

２日より来所して予約 《 ひのき屋ライブ 》



11 月 10 日（火）

9：50 ～ 10：50　　10 組

西しゅくマーノ保育園からのお誘いです。保育園のホールで色々な楽器の生演奏や歌を歌ったり踊ったりして園児といっしょに楽しみましょう。外靴を入れる袋持参。

予約時にご案内をお渡しします。





１８日より来所して予約 《 移動動物園 》

11 月 25 日（水）

10：45 ～ 11：30　　40 組

西しゅくマーノ保育園からのお誘いです。 福田牧場のウサギやヤギ等が園庭にきます。 ベビーカーは乗れません。

予約時にご案内をお渡しします。

（参加していない方は室内通常）





≪ ０歳・１歳のふれあい遊び ≫

★０歳　11 月 13 日（金）　Pm　3:00 ～3:30

★1 歳　11 月 30 日（月）　Am　10:00 ～ 10:30

０歳は６日より予約　　１歳は２０日より予約

すぐに覚えられるふれあい遊びや手遊びです。

１歳の子ども達とは親子体操や読み聞かせもします。

≪ ２歳以上の子、一緒に遊ぼう！ ≫

11 月 16 日（月） 9：30 ～ 11：00

工作をしたり、手遊びやことば遊び、色々な体操や体を動かしたりして、親子やお友達と遊びます。 コペルプラスの先生も玩具を持ってきて遊んでくださいます。９日より予約