



上尾市つどいの広場

あそぼうよ

＜開館時間＞月～土曜日 10:00～15:00(祝祭日除く。毎週月曜日 16時まで開館) 2/3(火)休館・2/15(日)開館

好評につき、2月も毎週月曜日は、16時まで開館します。(本町のみ)

●12時～13時は、玄関スペースを開放して、持参した昼食を食べることができます。一日ゆっくり過ごせます。

●カレンダーの★マークがついているプログラムは、予約をお願いします。

●急な予定変更がある場合は、インスタグラムでお知らせします。

【プログラムの予約開始日時】

・1月26日(月)13時半～

・右のメールまたは電話でお申込みください

アドレス: asobouyo@sainoko.net

電話: 048-778-5102

受付時間: 9時～17時(日・祝を除く月～土・第3日曜日)



あそぼうよのインスタ
です。フォローしてね!

2026年2月1日発行
発行:認定NPO法人彩の子ネットワーク
上尾市つどいの広場「あそぼうよ」
住所:上尾市本町2-13-8根戸戸田1階
電話: 048-778-5102
(相談専用) 048-778-5103
http://www.sainoko.net/asobouyo/asobouyo_top.html

みなさんと協力しあって、感染にも気をつけて、赤ちゃん・子どもたちとほつとできる場をつくりましょう。

ご来館にあたって…

【持ち物】手拭き用タオル・
ねんねの赤ちゃんはバスタオル・
オムツ替えシート・
水分補給のための飲み物

以下の場合はご利用をお控えください。

・子ども37.5度以上、大人37度以上の発熱や咳、鼻水などの風邪症状がある場合

・発熱後、その翌日から5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでの期間来館したら、検温と手洗いをお願いします。

【ワンファミリースペース(要予約)】

ひと組の親子さんで過ごせる
スペースです。くわしくはブログへ→

ようこそ赤ちゃん!ようこそママ・パパ!!

「ベビベビまむまむプログラム」

「ベビベビとーく」と「まむまむとーく」、両方参加することで、赤ちゃんとの日々がもっと嬉しくなるヒントを発見!どちらか片方の参加もOKです。

★まむまむとーく 2/18 来館5組+Zoom

今月は第3水曜日 13時30分～15時

ママになってびっくりしたこと、不思議に思うことなど、みんなで聴き合えるママたちのおしゃべりの時間です。

アドボケーター: 渡邊寛さん(彩の子ネットワーク相談室担当)

★ベビベビとーく

2/9

今月は第2月曜日
10時15分～12時
来館6組+Zoom

赤ちゃんの表情や声、全身のおしゃべりに耳を傾けてみませんか?今のその子ならではの育ちに出会える嬉しい時間。ふれあい遊びや絵本も♪

アドボケーター: 渡邊寛さん(彩の子ネットワーク相談室担当)

土曜日も楽しいよ!

★土曜日のベビベビとーく

2/14 毎月第2土曜日

10時15分～12時 来館6組+Zoom

野の花ルーム

保健師さんが常駐しています。
計測・相談等どうぞ!

★マザーズハローワーク出張相談

2/24

10時～12時 来館4組

1組25分間、就労の相談(保育あり)



★赤ちゃんの時間 2/16

来館10組+Zoom 13時30分～14時30分
1か月の赤ちゃんから、集える時間。
ふれあい遊びで、赤ちゃんがご機嫌に!

★お産のこと、話そう

2/24 来館5組+Zoom

毎月第4火曜日 13時30分～15時

妊娠、出産、みんなどうだった?おしゃべりできて、相談できる時間です。

協力: 大谷久美子さん(助産師・保健師)・伊藤匡子さん(助産師)

妊婦さんも
どうぞ!

★子育てセミナー「妊娠中と授乳期の薬のお話」

2/27 来館10組+Zoom

10時15分～12時

講師: 大森嵩行さん(日本薬科大学専任講師)

妊娠中と授乳期に気になる薬との付き合い方を学びます。聞きたいことがありましたら、事前に寄せてください!

★土曜日の
ベビベビとーく

13:45～★産後の
バランスボール



2日(月)

3日(火)

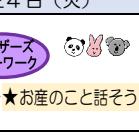
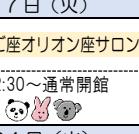
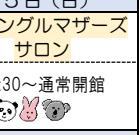
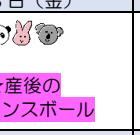
4日(水)

5日(木)

6日(金)

7日(土)

8日(日)



は、手遊び・絵本のハッピータイムです♪ AM:11:40頃～ PM:14:40頃～

タッチのあとは拍手で大盛り上がりです♪

プログラムは、来館参加とZoomを使用したオンライン参加と、どちらもあり！

※プログラムに来館でご参加の場合は、開始10分前を目安にお越しください。お子さんも、場に慣れる中、ご参加できます。



★あそべる♪学べる母子育てセミナー「べるべる」

保育士ジカちゃんの赤ちゃん・子どもに教えてもらお~っとシリーズ再開第22弾！ 毎月第3金曜日 10時15分～12時

1月～3月のテーマ 赤ちゃん・子どもがぐーんと成長する時、いったい何が起きてるの？

赤ちゃん・子どもの成長って…すごい！ いつの間にこんなことができるようになったんだろう？ と、驚くこともしばしば。

逆に、いつまでこんなふうなのかな？ と、先の見えない成長を不安に思うこともある。そんなとき、子どもにどんなことが起きているのだろう。いつしょに考えてみませんか？ アドボケーター：渡邊寛さん（彩の子ネットワーク相談室担当）

第1回 1/16：赤ちゃん・子どもにとって不安や緊張ってどんなこと？～後追い・人見知りなど…

第2回 2/20：みんなの眠りにまつわる姿（寝姿・夜泣き・眠る前など）を持ち寄って

～夜の子どもの成長を知る

第3回 3/19：子どもの側から考える“保育園・幼稚園”～親から離れて過ごすってどんなこと？

「べるべる」は、わが子の日々の写真やエピソードを、みんなで共有しながら、赤ちゃん・子どもを知っていくセミナーです。

小さなお子さんのママ・パパもぜひご参加ください！



★「サタデーべるべる」

2/28 来館6組+Zoom

毎月第4土曜日

（10時15分～12時）

ちょっと大きくなった子の話も聴ける！ 土曜日が来やすいママパパ向けに、「サタデーべるべる」を開催します。内容は、左記と同様ですが、参加する方のお子さんの年齢を考慮して進めます。平日参加できなかった方もぜひ！

マルチリンガル親子あそび 2/6

※Zoomで参加したい方は事前にお声がけください

いろいろな国の言葉であそぼう！（ヒップファミリークラブさん）

★産後のバランスボール 2/13

来館6組+Zoom

毎月第2金曜日 13時45分～14時45分

対象：産後2か月～

Gボールインストラクター：宮川ひろこさん&徳永美穂さん

持ち物：水分補給のための飲み物

※バランスボールは、貸し出します。

※動きやすい服装でご参加ください。

★産後の身体を整えるトレーニング 2/19

来館10組+Zoom

毎月第3木曜日 13時30分～14時30分

協力：大谷久美子さん（助産師・保健師・整体師）

持ち物：水分補給のための飲み物

※動きやすい服装でご参加ください。



★わらべうたベビーマッサージミニ講座 2/27

毎月第4金曜日

Zoom 13時20分～13時50分 定員制限なし

来館 14時～14時30分 10組

持ち物：赤ちゃんの下に敷くバスタオル

インストラクター：松永紀子さん



★シングルマザーズサロン ほっこりふーっと 2/15

毎月第3日曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

シングルで子どもといっしょに生きていくことになって、過ごす日々…自分に起きたことや、自分の気持ちを安心して話せたり、他の人の話を聴いたりしているだけでもいい。そんなサロンをシンママの皆で開いています。

アドボケーター：渡邊寛さん（彩の子ネットワーク相談室担当）

「そだん室 どんぐり」のご案内

相談にいらっしゃる方のためだけの一冊 小さな子育てサロンの場です。子育てのこと、子どものこと、ご自身のことなど、今思ふことをゆっくりお話しいただけます。オンラインでも対応します。ご希望の方、随時予約を受け付けています。

なお、相談はお電話でもお受けしています。

お気軽はどうぞ。

（相談電話）048-778-5103

いつも通りに遊ぶだけでもOK！ 作って楽しむこともできる日です。

Zoomで参加したい方は材料をお渡しますので事前にお知らせください。

折り紙タイム♪

2/12
13時40分～14時20分

季節のリースをつくろう



つくってあそぼ♪

2/2
10時30分～11時10分

くるくる紙コップオニをくるっと回すとお顔が変わる！



★ふたご座オリオン座サロン

2/17

（ふたご・みつご・きょうだいの子育て♪みんな集まれ♪）

毎月第3火曜日 10時15分～12時 来館4組+Zoom

ふたご・みつご・きょうだいを育てながら感じること、みんなで聴いたり話したりしませんか。妊娠中の方も大歓迎です。

アドボケーター：渡邊寛さん（彩の子ネットワーク相談室担当）



★土曜日の子育てサロン 2/21

毎月第3土曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

パパもママも一緒に話せる場所。ともに子育てしたいから、それぞれ思うことを、言葉にしてみませんか？

アドボケーター：渡邊寛さん（彩の子ネットワーク相談室担当）

★子育てサロン 2/26

毎月第4木曜日 10時15分～12時 来館5組+Zoom

子育てのうれしいも、たいへんも、みんなで持ち寄って、聴き合える場所。ちょっとほっこりにきませんか？ 聴いているだけでも大丈夫。

アドボケーター：渡邊寛さん（彩の子ネットワーク相談室担当）

お誕生会 2/25 毎月最終水曜日

10時半頃～／14時頃～

2月生まれの子（2月生まれのママ・パパもOK）・お誕生月じゃない子もみんな集まれ！ ミニパラバルーンで一緒にあそぼう♪ 手遊びや紙芝居もあるよ。バースデーフォトスポットで記念撮影もどうぞ。

※お誕生会当日にプレゼントを持ち帰りたい方は、事前にご来館ください



QRコード ホームページ

QRコード ブログ
更新中！

QRコード あそぼうの
インスタです。
フォローしてね！

出張あそぼうよ@かわらぶき開館日

2/2（通常開館）

2/9（AM 通常開館 / ★赤ちゃんの時間13:30～15:00）

2/16（★子育てサロン「ぼろぼろ」10:15～12:00/12:30～通常開館）

来館の際の注意点や予約方法は、本町のあそぼうよと同様です。

★マークのプログラムは、予約をお願いします。

※12時～13時は、昼食が食べられるように、飲食スペースを開放しています。

場所：尾山台みんなの広場（上尾市瓦葺2716 尾山台郵便局隣）

開館日：毎週月曜日（祝日除く） 10時～15時