



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

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 	3 お休み
4 	5 お休み	6 お休み	7 	8 	9 	10
11 	12	13	14 	15 ほかほかひろば	16 	17 ✖
18 	19	20	21 	22 	23 	24
25 	26	27	28 	29	30 	31

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「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

《ホールの利用時間のお知らせ》
月~金 10:00~14:00
土・学校休業日 10:00~13:00

※17(土)は、図書館主催のイベントの実施のため、ほととルームの利用は一日できません。
イベントの詳細については別途チラシをご覧ください。



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)

- 2(金) カブトを作しましょう! 親子で作れるカブトです。
- 7(水) るんるんタイム えほんやペープサート、手遊びなど
- 9(金) 「母の日」工作 「母の日」のカードを作しましょう。
- 14(水) 上高田図書館の絵本講座 (11:15~11:45)
絵本にふれる楽しさや大切さについてお話を聞きましょう。
- 16(金) るいママのストレッチ トレーニング 身体もこころもストレッチ! 動きやすい服装で。
あひるタイム参加のママが教えてくれます。
- 21(水) ミニアスレチック のぼったりおりたりくぐったりして遊ぼう!
- 23(金) わくわくタイム からだを動かして遊びましょう!
- 28(水) おはなし会& おおきくなったかな 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。
- 30(金) ボールプール たくさんのボールの入ったプールで遊ぼう!



「利用者支援専門員」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**

10(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

8(木)、22(木) 11:30~12:00

第1子で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

28(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？



日曜日も児童館で遊んじゃおう

パワーズ・オン・サンデー

11(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



ぽかぽかひろば

「木育」(木のおもちゃで遊ぼう)

15(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

**4(日)、18(日)、25(日)
9:30~16:30**

乳幼児親子さんの遊び場として、お部屋
(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。)

★場所：ほっとルーム

※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。



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