



あひるタイムつうしん

2026年



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 ほかほか ひろば	7	8
9 	10	11 お休み	12	13	14	15
16 	17	18	19	20	21	22
23 	24	25	26	27	28	29
30 	31					

サタデープロジェクト「プラレールデー」
10:00～12:45

ふらっとサンデー
9:30～16:30

POWERS オン・サンデー
10:00～15:00

《乳幼児親子さんのホールの
優先利用時間について》
夏休み期間中(～8/31)
10:00～13:00

8月の「あひるタイム」と「はじめて赤ちゃん」は、お休みします。
秋期は「あひるタイム」は、9/2(水)から、「はじめて赤ちゃん」は、9/10(木)
から始まりますので、おたのしみに♪



サタデープロジェクト

プラレールデー



8(土) 10:00～12:45

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！

「貸して」「いいよ」って言えるかな？

*プラレール以外のおもちゃも自由に使えます。



日曜日乳幼児親子開放事業

ふらっとサンデー



9、30(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。

ぽかぽかひろば



「水あそび」ぽちゃぽちゃひろば

6(木) 10:30~12:00

親子で、ぽちゃぽちゃ、水遊びをします。

◎持ち物：プール用の紙おむつ、タオル、
飲み物、着替え（必要に応じて）

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。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 小椋 090-5327-0206

日曜日も児童館で遊んじゃおう

パワーズ・オン・サンデー

2(日)、16(日)、23(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。）

◎未就学児は必ず保護者と一緒にご利用ください。

※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



～あひるタイム（春季）の報告～

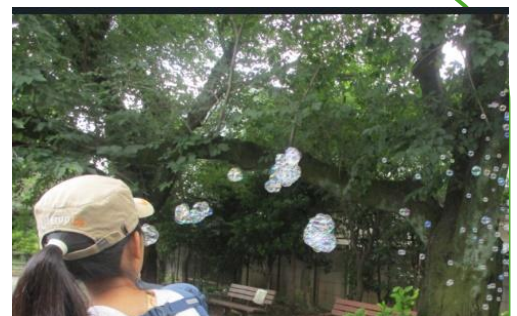
4/10（金）から始めた、今年の「あひるタイム」は参加者の皆さんのご意見を取り入れながら、毎回、様々なプログラムで実施をしました。

参加者の皆さんや地域の皆さんにもボランティアとしてご協力をいただきながら実施した内容もあり、参加者の皆さんと楽しい時間を過ごせました。

その中で、特徴的だった回について、少しだけ報告をさせていただきます。

5月は、音楽に合わせて「リズム遊び」を実施しました。6月は、隣接する北公園で「シャボン玉」を実施。また、参加者の皆さんと職員で、お茶を飲みながら、おしゃべりをして、児童館への要望をお聞きする「茶話会」を実施しました。7月は、七夕の飾りを作りをして、七夕の歌を歌って「七夕会」を実施しました。

◎秋季は、9/2（水）から始まります。一緒に楽しい時間を過ごしましょうね♪



👉 6月のシャボン玉

上高田児童館の開館日と開館時間について

○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みです。

○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。

