

子育てサークル

サークル名	活動日時・場所・内容
うりぼうず	<ul style="list-style-type: none"> ●毎月1回 午前10:00～11:30頃 ●子どもやママが気軽に楽しく参加できるサークルで、少人数で自由気ままに活動しています。 ●参加する子ども達の年齢に合わせて活動内容を決めています。赤ちゃん～3歳頃までのお子さんとママの参加をお待ちしています! ●<5月> いちご狩り <6月～9月> 公園遊び、季節の製作 <10月> ハロウィンパーティー <11月～2月> 室内遊び、図書館 <3月> お別れ会 etc.
エアロとママヨガ	<ul style="list-style-type: none"> ●毎月2回 隔週木曜日 午前9:30～11:00 ●場所 東伊那公民館 2F大研修室 ●内容 <ul style="list-style-type: none"> ●青竹ふみふみ お喋りしながら今日の体調確認 ●ウォーミングアップ ノリノリの音楽で体をほぐす ●エアロパート かんたんマーチからステップ ●普段なかなか意識出来ない筋肉を目覚めさせましょう。 ●立位にてスクワット コンディショニング ●ヨガ・ピラティス ●マットにてストレッチ中心に筋トレそしてリラックス ●クールダウン シャワーサナ ●いつも頑張っている体を休ませながらリラックス ●日程 <ul style="list-style-type: none"> ●5月7日・5月21日・6月4日・6月18日・7月2日 ●7月16日・8月6日・8月27日・9月3日・9月17日 ●10月1日・10月15日・11月5日・11月19日 ●12月3日・12月17日 ●1月7日・1月21日・2月4日・2月18日 ●3月4日・3月11日 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>☆持ち物 ☆会費 上履き、ヨガマット、 1回500円 飲み物、フェイスタオル</p> </div>
たんぽぽの会	<ul style="list-style-type: none"> ●毎月1回 午前10:00～12:00 ●アトピー・アレルギーの子どもの親の会です。 ●アトピー性皮膚炎・アレルギーに関する情報交換や講師を招いての勉強会、日頃の悩みごとの相談など定例会では行っています。 ●月1回の定例会と年1回のアトピー性皮膚炎やアレルギーに関する講演会を長野県看護大学小児看護学分野の先生方と一緒にしています。 ●電話やメールでの相談にも対応しています。 <div style="text-align: right;">  <p>たんぽぽの会 ホームページ</p> </div>
親子リズム	<ul style="list-style-type: none"> ●毎月第2土曜日 午前10:00～12:00 ●親子のふれあいと子どもの発達をめざし、リズム運動、わらべうた、絵本、季節の行事等を中心に体を動かしたり、工作、お絵かき、ぬり絵等して遊びます。 ●また、お母さん、お父さん同士の交流をはかったり、日頃の出来事や子育ての喜びや悩み等を話し合ったり意見交換の場をつくります。
親と子学び育ちの会 まねきneko	<ul style="list-style-type: none"> ●毎月 第1土曜日 午後2:00～4:30 駒ヶ根総合文化センター ●【多世代交流】 みんなの居場所 結の家 (みんなのいばしょ ゆいちゃんち) 不定期開催 午後2:00～4:30 場所:文化センター・つどいの家 ●みんなの居場所「ゆいちゃんち」は こども未来応援プロジェクトの活動で、こどもが「興味のあること、好きなこと」を大人や保護者と一緒に楽しみ 互いに褒めて伸ばすことを心がけています。 ●【フードパントリー】 こどもカフェ「クルるん」 随時開催 場所:つどいの家 ●個人様や上伊那こども応援プラットフォーム、上伊那振興局に寄付していただいた食品のお裾分けを大学生仕送り含む子育て世帯を対象に 希望者へ配布するボランティア活動です。 ●【趣味活動】(保護者対象) 放課後 結ちゃんち 対象:中学生以上 ●隔月 木曜日 午後5:30～8:00 場所:駒ヶ根文化センター ●【趣味/推し活】 気の合う仲間と自分推しの活動を紹介し合い 楽しむ回です。 ●【保護者対象】 障がいのあるお子さんを育てているご家庭の相談はピアサポーターや社会福祉士が個別に対応し 支援先に繋がっています。 ●「障がい児・者理解促進事業」として 誰もが安心して暮らせる共生社会の実現に向けて 研修、啓発活動を行っています。 <p>Facebook・公式LINE・ホームページで 各種 開催日程をお知らせしています。</p>
ファミリーサポート ぐりとぐら	<ul style="list-style-type: none"> ●隔月 第2水曜日 (変更あり) 午前9:30～11:30または午後7:00～9:00 場所:高砂園 ●会の目的 <ul style="list-style-type: none"> ●保育援助活動と学習活動、その他関連事業を通じて、子どもを養育する。 ●家庭の支援および母親・父親等と子どもの福祉の増進に寄与すること ●基本的な活動 <ul style="list-style-type: none"> ●保育支援 (お子さんのお預り)・会員相互、保護者同士の交流と学習活動 ●育児に関する情報の発信と関連活動・保護者や地域の子育て環境の整備 ●定例会、学習活動など <ul style="list-style-type: none"> ●子育て支援に関する情報交換、意見交換 必要な活動への結びつけ ●子育て支援の必要に応じて学習会、講演会などの開催や参加 ●子ども課、子育て全力応援担当と子育て支援全般についての意見交換 ●保育協会会員との交流 ●お子さんのお預り活動 (年間を通し依頼に応じて) <ul style="list-style-type: none"> ●市内から依頼のタイムケア、団体託児:市外から依頼の個人、タイムケア、団体託児 ●その他 関連活動 <ul style="list-style-type: none"> ●高砂園、駒ヶ根市ボランティア連絡協議会、子育てサークル連絡会、駒ヶ根文化サークル協会、市民活動支援センターの各行事での展示や協力 ●駒ヶ根市ファミリーサポートセンター協力会員としての登録と託児協力 ●駒ヶ根市立図書館雑誌スポンサー (福音館書店子どものとも月刊誌6冊)

駒ヶ根文化
サークル協会

中沢公民館

東伊那公民館・
東伊那体育協会

スポーツ

図書館・博物館

駒ヶ根市ボランティア連絡
協議会・青少年の団体

健康に関する
活動・講座

子育て支援室



サークル名	活動日時・場所・内容
子育てサークル ひらけごま	<p>●毎月1回 第2木曜日 ●場所:高砂園 午前10:00~午後2:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 5月14日(木) おしゃべり会 ・ 6月11日(木) ママカフェ ・ 7月 9日(木) 親子ヨガ ・ 8月13日(木) お休み ・ 9月10日(木) ミニ運動会 ・ 10月 8日(木) おしゃべり会 ・ 11月12日(木) 親子でヨガ ・ 12月10日(木) クリスマス会 ・ 1月14日(木) みんなであそぼう!! ・ 2月18日(木) ママカフェ ※第3木曜日開催予定 ・ 3月11日(木) おわかれ会 <p>白いご飯を持参してもらい、みんなでカレーランチをします。 のんびりゆっくりみんなでいい時間を過ごしましょう。</p>
伊南子ども劇場	<p>●目的 伊南子ども劇場は、プロの本物の舞台を観ることで心を豊かにしたり、キャンプ等の体験活動することで、地域の仲間と楽しみながら子育てできるような活動をしています。</p> <p>●今年度の活動</p> <p>①年齢に応じたプロの舞台の鑑賞活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人形劇団ブーク「もうぬげない」 6月20日(土) ・ココン「糸による奇妙な夜」 7月5日(日) ・「ともとのガラクタ音楽会」 9月12日(土) ・よるず人形劇団とんがらし「さんまのおふだ」12月13日(日) ・武本匡弘「海の中から地球が見える」 12月26日(日) ・WORLD YO-YO ENTERTAINMENT!「ヨーヨーチャンピオンがやってくる!」3月7日(日) (いずれも日程は予定) <p>②自主活動 キャンプやクリスマス会、高遠合宿など、楽しい活動を企画しみんなで楽しんでいます。 東伊那の森のなかであそびじゅくを毎月1回(全5回程度)行っています。</p> <p>③未就園児対象「ぼけっとクラブ」開催 毎月1回(基本第2火曜日) 午前10:00~11:30 場所:ふれあいセンター他 内容:親子体操、季節の遊びや工作</p>
てんとうむしの会 (みなみい〜ね) (ぼちぼち)	<p>●不登校・登校しぶり・登園しぶりの家族会 【てんとうむしの会】交流会 ・日時 偶数月1回 午前10:00~12:00</p> <p>●発達障害家族会【ぼちぼち】交流会 ・日時 奇数月1回 午前10:00~12:00 ・場所:高砂園 ・参加費:無料 ・同じ立場の親同士が繋がり、安心して気持ちや情報を共有しています。</p> <p>●保育園・学校へ行きづらい、行っていない子どもと親の居場所【みなみい〜ね】 ・日時:毎週水・金曜日 午前9:00~12:00 ・場所:みなみ子ども交流センター ・参加費:無料 ・対象:園児から高校生(小学生以下は保護者同伴)、保護者 ・好きなことをしながらゆっくり過ごせる場所です。体を動かして遊んだり、本を読んだり、工作などができる部屋があります。保護者のみの参加も可能です。 ・申し込み不要、出入り自由。詳細は、公式Lineまたはインスタグラムでお知らせしています。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>てんとうむしの会 公式LINE</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ぼちぼち 公式LINE</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>みなみい〜ね 公式LINE</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>@MINAMI_NE2024</p> </div> </div>

※詳しいことは、経塚保育園内子育て支援室 TEL83-2096へお問い合わせください。

駒ヶ根文化
サークル協会

中沢公民館

東伊那公民館・
東伊那体育協会

スポーツ

図書館・博物館

駒ヶ根市ボランティア連絡
協議会・青少年の団体

健康に関する
活動・講座

子育て支援室