

「はぐ」ひがし 9月 イベントカレンダー



日中はまだまだ暑さが残りますが、朝晩は少しずつ涼しくなり、秋の気配を感じられるようになりました。

夏を過ぎてたくましくなった子どもたちは、これからの季節も自然の中でたくさん発見をしていくことでしょう。子育てひろばでも、子どもたちの元気な姿を見守りながら、親子が笑顔になれるひとときを一緒に楽しんでいただければ、嬉しいです。ぜひ遊びに来てください。

9月の園庭開放について

園庭開放は、お子さんの安全を考え、暑さ指数(WBGT)が31以上になった場合、園庭開放を中止させていただきます。

夏の間お休みしていた、子育てひろば「ポップコーン」が9月から再開します。お近くの文化センターへ是非遊びにきてください。

- ✿ 押立文化センター 9/1・29(月曜日)
- ✿ 是政文化センター 9/3・10・17(水曜日)
- ✿ 白糸台文化センター 9/5・19(金曜日)

各会場 10:00~11:30

「はぐ」ひがし問合せ

府中市若松町3丁目21番地の4
TEL 042-362-5200

開設時間:月~金(祝日を除く)

*午前の部 9:30~12:00

12:00~12:30(もぐもぐタイム)

*もぐもぐタイムは飲食可能な時間

*午後の部 13:30~16:00

対象 妊娠中の方、0歳~就学前児とその保護者

アクセス:京王線 府中駅より

ちゅうバス(多磨町ルート)「若松防災センター」下車徒歩5分

「交通安全講座」白糸台文化センター

府中警察署の方を講師にお招きして「自転車の新ルール」や「子乗せ自転車の正しい運転の仕方」などをテーマにお話をさせていただきます。正しい知識を習得して、お子さんの命を守りましょう。

- 日時 10月15日(水)10:00~11:30
 - 対象 乳幼児とその保護者の方
 - 会場 白糸台文化センター 講堂及び園庭
 - 内容 自転車の新ルールと安全運転のポイント
園庭での実技演習 ほか
 - 講師 府中警察署 交通課の皆さん
- ※30日前より予約開始です。



9月のクイズ

9月にちなんだクイズです。わかりますか？

第1問 9月は「二百十日」という農作物に関わる節目があります。これは立春から数えて210日目で、ちょうど9月上旬にあたります。この時期に注意が必要な自然現象は何でしょう？
①霜 ②台風 ③地震

第2問 秋が旬の魚「サンマ」は栄養面でも優れています。特に豊富に含まれていて、血液をサラサラにするといわれる成分はどれでしょう？ ①ビタミンC ②DHA/EPA ③食物繊維

第3問 9月の十五夜(中秋の名月)では、お月見団子を備えますが団子の数は一般的にいくつでしょう？ ①9個 ②12個 ③15個

第4問 秋に旬を迎える「梨」は水分が豊富で体をうるおす働きがある果物ですが、特に多く含まれているのはどれでしょう？ ①カリウム ②鉄分 ③ビタミンB12

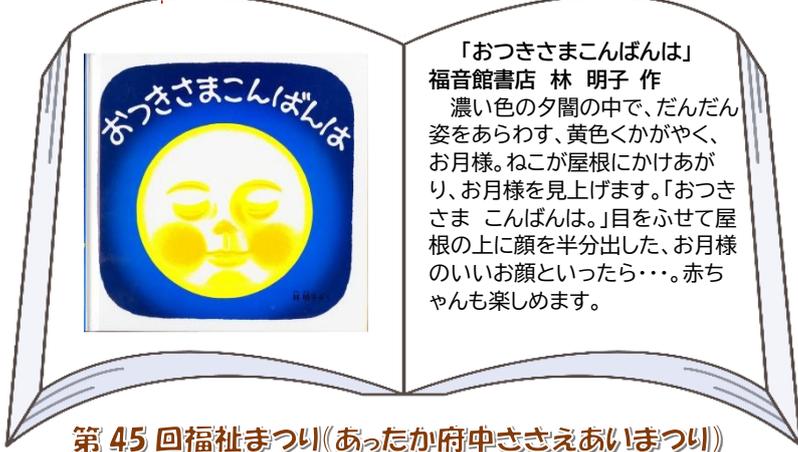
第5問 9月は夏の疲れが出やすい時期です。疲労回復に役立つ栄養素として知られ、豚肉やにんにくに多く含まれるのはどれでしょう？ ①ビタミンB12 ②ビタミンA ③ビタミンK

クイズの答えは裏面を見てね。

9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ポップコーン 押立文化センター 10:00~11:30	園庭開放 ピーカーバー 14:00~15:30 0歳児対象 赤ちゃんひろば	ポップコーン 是政文化センター 10:00~11:30		園庭開放 ポップコーン 白糸台文化センター 10:00~11:30	
7	8	9	10	11	12	13
	はぐっとセミナー 「幼稚園選び」 10:00~11:30 講師:保育コンシェルジュさん、先輩ママ・パパ	園庭開放 ピーカーバー 14:00~15:30 0歳児対象 赤ちゃんひろば	ポップコーン 是政文化センター 10:00~11:30	はぐっとセミナー 「島さんの絵本講座」 10:00~11:00 ミニはぐフェスティバル 子ども家庭支援センターたちち	園庭開放	
14	15	16	17	18	19	20
	敬老の日	園庭開放 	ポップコーン 是政文化センター 10:00~11:30		園庭開放 ポップコーン 白糸台文化センター 10:00~11:30 出張子育てひろば 「おはなし夢くらぶ」 10:00~11:30 押立文化センター	
21	22	23	24	25	26	27
ポップコーン ・パパ 10:00~11:30 東保育所		秋分の日		はぐ子育て講座 「お買い物ごっこ」 10:00~ 14:00~	園庭開放 子育てひろばの「わ」 10:30~15:30 ルミエール府中	
28	29	30	子育て相談を受け付けています。月~金曜日 9:30~16:00 公立保育所には栄養士、看護師がいます。離乳食のこと、感染症など健康に関すること、何でも気軽にご相談ください。 ※電話相談もできます。042-362-5200			
ポップコーン ・パパ 10:00~11:30 小柳保育所	ポップコーン 押立文化センター 10:00~11:30	園庭開放				

親子で楽しめる絵本の紹介(秋)



「おつきさまこんばんは」
福音館書店 林 明子 作
濃い色の夕闇の中で、だんだん姿をあらわす、黄色くかがやく、お月様。ねこが屋根にかけあがり、お月様を見上げます。「おつきさま こんばんは。」目をふせて屋根の上に顔を半分出した、お月様のいいお顔といたら…。赤ちゃんも楽しめます。

第45回福祉まつり(あったか府中ささえあいまつり)

日時: 令和7年10月19日(日)10:00~16:00
会場: けやき並木通り及びその周辺ペDESTリアンデッキ
内容: 各参加団体による展示 PR や体験活動/自主製品などの模擬店
参加団体によるステージ など
主催: 府中市・社会福祉法人府中市社会福祉協議会
※子育て支援センター「はぐ」も福祉まつりに参加します。ぜひ遊びにきてくださいね!

SHOP

おみやげさんごっこ

いらっしゃいませ~! 「はぐ」の部屋がお店屋さんに変身。お客さんになってください。「はいどうぞ。」とやりとりを楽しみながら、にこにこ笑顔で遊びましょう。

1 日時 9月25日(木) 10:00~14:00
2 会場 「はぐ」ひがし ひろば室
3 内容
お店屋さん
ごっこ遊び
★予約受付中

9月「ポップコーン・パパ」

- 1 日時 ①9月21日(日) 東保育所
②9月28日(日) 小柳保育所
10:00~11:30
- 2 会場 保育所 遊戯室
- 3 対象 0歳児~3歳児とその保護者
お父さん同士の交流や年齢に見合った遊び方をお教えます。保育士によるスポットタイムもあります。是非遊びにきてください。

はぐっとセミナー「絵本講座」

絵本の読み聞かせは、子どもの心を育み親子の時間をあたたかくしてくれます。この講座では乳幼児ぴったりの絵本の紹介や読み聞かせのコツをお伝えします。

1 日時 9月11日(木)10:00~11:00
2 会場 「はぐ」ひがし ひろば室
3 内容 島さんの絵本講座
4 講師 島 桜 氏

にこにこコラム「スマホとどう付き合う?・・・」

「子育ての合間についてスマホに手が伸びてしまって…。気が付いたら1時間くらい見てしまうのですが、子どもにとっては良くないですよ。」という相談がありました。

気分転換をしたり、子育て情報を調べたりとスマホは忙しい毎日の強い味方ですが、気が付くと長時間見てしまい「子どもと向き合う時間が減った。」と感じてしまうこともあるかと思えます。

乳幼児は大人とのやりとりの中で心と言葉を育んでいきます。目を合わせて微笑みあう、呼びかけに応じる、絵本と一緒に楽しむ、こうした日々の小さな関わりが安心感につながります。

大切なのは、「スマホは悪いもの」と決めつけるのではなく、上手に距離をとる工夫です。例えば「子どもがお昼寝をしている間」「授乳後の5分間だけ」と時間を決める、食事やお散歩の時は、スマホオフにする、手元ではなく棚の上に置くなど、小さな習慣が親子の安心につながります。ビデオ通話などで祖父母と話したり、親子で音楽を聴いたりして、子どもと一緒に活用する方法もあります。

子育て中は孤独を感じやすく、スマホの交流や情報収集が心の支えになっている方もいます。大切なのは「我慢する」ことではなく、「上手に頼る」こと。完璧な親でなくても、子どもにとって一番嬉しいのは「一緒に笑ってくれる人」です。スマホと程よくつき合いながら、親子で心地よい時間を重ねていけると良いですね。

地域子育て支援センター「はぐ」は、スマホと離れて親子で一緒に遊べる場所です。参加をしているママ同士やスタッフとおしゃべりをして楽しみましょう。ぜひお待ちしております。

9月のクイズ こたえ

- 1 ②昔から台風被害が心配される日とされています。
- 2 ②青魚に多い不飽和脂肪酸で生活習慣病の予防にも役立ちます。
- 3 ③地域によって違いはありますが、十五夜にちなみ15個とするのが一般的です。
- 4 ①体内の余分な塩分を輩出し、むくみ予防にも役立ちます。
- 5 ①夏バテで疲れやすい9月にぴったり。糖質をエネルギーに変える働きがあります。



おたんじょうびおめでとう

お誕生月のお子さんに手作り誕生日カードをさしあげています。身長体重測定も行っています。受付でお知らせください。



第16回 ひろげよう! 子育てひろばの「わ」

日時: 令和7年9月26日(金)
10:30~15:30
会場: ルミエール府中
内容: 親子で楽しめる体験ひろばや展示・イベント
保育コンシェルジュによる個別相談有り
主催: ちゅう子育て応援団連絡会「子育て会議」
※入場無料、入退場自由、要予約のひろばもあります。
※「はぐ」のブースもあります。
詳細は、府中市ホームページをご覧ください。

はぐっとセミナー「幼稚園選び」

日時: 9月8日(月) 10:00~11:30
会場: 「はぐ」ひがし ひろば室
内容: 幼稚園選びについて
講師: 保育コンシェルジュさん、先輩ママ
※予約満了ですが、キャンセルがでることもあります。LINE で確認をしてください。

出張子育てひろば

昔から歌い継がれてきたわらべ歌は、リズムが優しく赤ちゃんや小さなお子さんも心地よく楽しめます。抱っこをしながら、手を取りながら、親子で笑顔いっぱいになれる触れ合い遊びを一緒に体験してみませんか?

★日 時 9月19日(金)10:00~11:30
★会 場 押立文化センター 遊戯室
★内 容 親子ふれあい遊び 季節の工作 他
★講 師 おはなし夢くらぶ 須山 優子 氏

10月「はぐ」ひがし子育て講座日程

【はぐっとセミナー】
10/30(木)10:00~ 午前の部のみ
会場 「はぐ」ひがしひろば室
内容 親子ふれあい遊び 新聞遊び 他
講師 吉村 桃代 さん

【出張子育て講座】
10/21(火) 10:00~ 午前の部のみ
会場 紅葉丘立文化センター 遊戯室
内容 歩行を促す講座
講師 ブックンイ 理学療法士
小泉さん ほか

【折り紙講座】
日程が決まり次第「はぐ」ひがし子育てひろば室にポスターを掲示します。
内容 ハロウィンに関する折り紙を予定

子育てひろば・子育て講座の予約は各日程の30日前からLINEで受付しています。

