府中市　地域子育て支援センター「はぐ」

令和８年１１月１日発行

「はぐ」ひよし 11月 イベントカレンダー

朝晩の冷え込みが増し、秋の深まりを感じる季節となりました。公園の木々も少しずつ色づき、落ち葉やどんぐりなど子どもたちにとっては、楽しい発見がいっぱいの季節ですね。 寒さが増していくこれからの季節も「はぐ」は親子で楽しく過ごす場所であるとともに、皆さんがほっとできる場所でありたいと思っています。どうぞお気軽に遊びにいらしてください。職員一同お待ちしています。

11月 はぐっとセミナー①「ベビーマッサージ」

★予防接種後72時間以内の乳児はご参加いただけません。

日時　**11月10日(火)**
14:00～15:00

対象　生後2か月～歩行前の乳児とその保護者

会場　「はぐ」ひよしひろば室

講師　Ohana るーむ　渡邉 和美 氏

持ち物　バスタオル　**※予約受付中**

「はぐ」フェスティバル

日時　**11月21日(土)**
第1公演　10:45～11:30
第2公演　13:15～14:00
第3公演　14:45～15:30
開場は15分前からです。

対象　0歳～就学前のお子さんとその保護者

会場　ルミエール府中　コンベンションホール C/D

内容　第1部「お楽しみコーナー」
第2部「体を動かそう」
第3部「劇」　★各回同じ内容です。
各回30組予約制

予約方法　府中市 LINE 公式アカウントより予約できます。　**※予約受付中**

問合せ先　「はぐ」さんぼんぎ
042－365－6212

11月 はぐっとセミナー②「絵本講座」

日時　**11月25日(水)**
10:00～11:00

対象　0歳～就学前のお子さんとその保護者

会場　「はぐ」ひよし ひろば室

内容　「絵本で暮らしを楽しむ」
～親子の生活を彩る絵本の力～

講師　島 桜 氏(NPO 法人「絵本で子育て」センター)

※予約受付中

12月 はぐっとセミナー①「交通安全講座」

日時　**12月10日(木)**10:00～11:00

対象　0歳～就学前のお子さんとその保護者

会場　「はぐ」ひよし ひろば室

内容　「交通安全講座」
★赤ちゃん乗せ自転車について

講師　府中警察署 交通総務係

※11月10日(火)9:00より予約開始

12月『はぐ』子育て講座

日時　**12月24日(木)**10:00～ 14:30～

対象　0歳～就学前のお子さんとその保護者

会場　「はぐ」ひよし ひろば室

内容　「汚れない絵の具遊び」

※11月24日(火)9:00より予約受付

11月 はぐっとセミナー③「栄養士による食育講座」

日時　**11月30日(月)**14:30～

対象　0歳～就学前のお子さんとその保護者

会場　「はぐ」ひよし ひろば室

内容　栄養士による食育の話と相談会

講師　日吉保育所 栄養士

※予約受付中

園庭開放スポットタイム

日時　**11月13日(金)**
10:30～12:00の間に行います。

場所　日吉保育所園庭

★予約不要です。

12月 はぐっとセミナー②「お楽しみ音楽会」

日時　**12月17日(木)**
10:30～11:00

対象　0歳～就学前のお子さんとその保護者

会場　「はぐ」ひよし ひろば室

内容　「お楽しみ音楽会」

講師　おとの木

※11月17日(火)9:00より予約受付

赤ちゃんから楽しめます。ぜひご参加ください。

ポップコーン・パパ

日時　**11月22日(日)**
10:00～11:30

対象　0歳～3歳児のお子さんとその保護者

会場　「はぐ」ひよし ひろば室

内容　「楽器で遊ぼう！」ほか

※予約受付中

※12月の「ポップコーン・パパ」は12月27日(日)です。11月27日(金) 9:00より予約受付です。11月27日、年齢に見合った遊びを知りたい方、パパ友を作りたい方、ぜひ参加をしてください。

11月のクイズ 秋にちなんだクイズです。わかいますか？

第1問　どんぐりは植物の分類で何にあたるでしょう？
①　果物　②根　③花

第2問　秋に美味しいさつまいも。食べている部分はどこ？
①　根　②茎　③葉

第3問　秋に葉が落ちる木が冬に備えて葉を落とすことの利点は？
①　根を凍らせて害虫を防ぐ。
②　幹だけで光合成をするため。
③　水分の蒸発を防ぐため。

第4問　七五三で一般に「7歳のお祝い」と結び付けてきた伝統は？
①　髪置き　②袴着　③帯解き

★こたえは裏面にあります。

給食献立レシピ
「れんこんのカレーきんぴら」



【材料】(約4人分)
れんこん　約1節
人参　中1本
豚ひき肉100g
塩･こしょう　少々
カレー粉　小さじ 1/2
醤油　大さじ1
みりん　小さじ2　油　適量

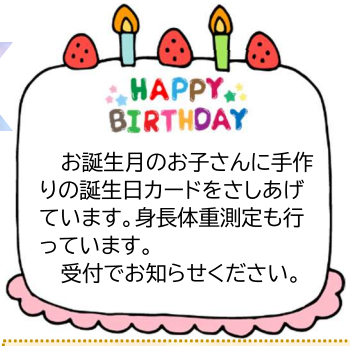
【作り方】
① れんこんと人参は、いちょう切りにする。
② 鍋に油をひき、豚ひき肉を炒める。塩･こしょうを入れて下味をつけ、肉に火が通ったら、れんこん、人参を入れる。
③ 野菜に火が通ってきたら、醤油とみりん、カレー粉を入れて、煮汁がなくなるまで炒めてできあがり。

★いつものきんぴらに一味プラス。ごぼうで作っても、お弁当のおかずでも美味しいですよ。

「はぐ」ほんまち 12月1日オープン

12月1日に6か所目となる「はぐ」ほんまちが新設の本町保育所内にオープンします。「はぐ」オープンに向け、安心して利用できる子育てひろば･楽しい子育て講座などの準備を進めております。皆様、ぜひご利用ください。

「はぐ」ほんまちアクセス
府中市本町3―18－5
JR 南武線･武蔵野線
「府中本町」駅より徒歩10分
京王線「分倍河原」駅より徒歩13分　ちゅうバス(南町ルート)
「中央道下」より徒歩3分



お誕生月のお子さんに手作りの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。

おひさまの下で親子のにこにこ時間
「園庭開放にあそびにきませんか？」

すべり台や砂場で遊んだり、広い園庭を歩いたりお外で遊ぶ楽しさを親子で見つけませんか？初めてのお友達も大歓迎！！どうぞお気軽に遊びにきてくださいね。

日時　毎週火曜日･金曜日
　　10:30～12:00
場所　日吉保育所　園庭
対象　未就学児と保護者

予約不要

にこにこコラム「練習していないのだから仕方ない」

子育てをしていると「どうして泣いているの？」「何度言ってもいやいやばかり。」「早く寝て欲しいのに全然寝てくれない。」なんて思いどおりにいかないことがたくさんありますね。一生懸命やっているのに、うまくいかないと「私の育て方が悪いのかな。」「もっと優しいお母さんにならなくっちゃ。」と自分を責めてしまうこともあるかもしれません。

でも、ちょっと待ってください。私たちは子育ての練習をしてから親になったわけではありません。赤ちゃんの抱っこの仕方、泣き止ませ方、いやいや期の乗り越え方もみんな子どもと一緒に経験しながら覚えていくものです。しかも、子育てには育児書やチャットGPTのとおりにはいかないことがいっぱい。昨日はうまくいったのに今日はダメ。上の子には通用したのに、下の子には通用しない。そんなことだってたくさんあります。完璧なお母さん、お父さんを目指さなくても大丈夫。子どもが一日一日成長していくように、親も失敗したり、悩んだりしながら、少しずつ親になっていくのだと思います。

11月は少しずつ寒さが増していきますが、子どもをぎゅっと抱きしめるように自分自身のことをちょっといたわってあげてください。

「はぐ」は子育て中のお父さん、お母さんを応援しています。子育てに疲れた時は遊びにきてくださいね。

絵本の紹介



「ばけばけはっぱ」
ハッピーオウル社
作：藤本ともひこ

秋は紅葉と実りの季節。子どもたちと落ち葉や木の実を集めて「落ち葉遊び。」いろいろなアイデアが飛び出して、怪獣や動物が出来上がり。

楽しい絵本です。親子で楽しんでくださいね。

「はぐ」ひよし11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		文化の日	是政文化センター ポップコーン 10:00～11:30		園庭開放 10:30～12:00	
8	9	10	11	12	13	14
	押立文化センター ポップコーン 10:00～11:30	園庭開放 10:30～12:00 はぐっとセミナー 「ベビーマッサージ」 14:00～15:00			園庭開放 10:30～12:00 ★スポットタイム	
15	16	17	18	19	20	21
	押立文化センター ポップコーン 10:00～11:30	園庭開放 10:30～12:00	是政文化センター ポップコーン 10:00～11:30		園庭開放 10:30～12:00	はぐフェスティバル
22	23	24	25	26	27	28
ポップコーン ・パパ 10:00～11:30 日吉保育所	勤労感謝の日	園庭開放 10:30～12:00	はぐっとセミナー 「絵本講座」 10:00～11:00		園庭開放 10:30～12:00	
29	30					
	はぐっとセミナー 「食育講座」 14:30～			子育て相談を受け付けています。子育てのこと、離乳食のことなどお気軽にご相談ください。電話相談も受け付けています。		

11月クイズのこたえ

1 ①果物･･･どんぐりはブナ科の樹木がつける果物です。硬い殻のような部分に包まれ中に種子があります。
2 ①根･･･さつまいもは主に根が肥大した部分を食べます。
3 ③･･･寒い時期は根から水を吸い上げにくくなるため葉を落として水分の蒸発を抑えることができます。落ち葉には冬を乗りきるための工夫があるのです。
4 ③帯解き･･･子どもが付け襟の着物から大人と同じ帯を締める着物への移行儀礼です。一般に7歳のお祝いと結びついています。袴着は5歳、髪置きは3歳ごろの儀礼として知られています。

「はぐ」ひよし問合せ

府中市是政1丁目10番地の14
TEL　042-365-7542
開設時間：月～金(祝日を除く)
＊午前の部　9:30～12:00
＊午後の部　13:30～16:00
12:00～12:30(もぐもぐタイムは飲食可能な時間です。利用は午前中にひろばを予約した方に限ります。)
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(是政循環または郷土の森ルート)「是政1丁目」下車徒歩3分
西武多摩川線　是政駅より徒歩12分

LINE
@fuchu_city

子育てひろば･子育て講座の予約は各日程の30日前午前9時からLINEで受付しています。