



# 小平市子ども家庭支援センターだより 2026年7月

## 子ども家庭相談

妊娠期、0～18歳のお子さんと、ご家庭についてのご相談をお受けします

- ・ 保育園やあそび場などの地域情報
- ・ こどもとの関わり方に悩んでいる
- ・ イライラしてしまう
- ・ 出産の不安
- ・ 離乳や寝かしつけ
- ・ イイヤヤ期
- ・ うちの子反抗期？
- ・ 可愛いと思えない、子育てが楽しくない
- ・ これって虐待？本当は優しくしたいのに…など



電話、メールなどで受け付けています  
匿名で相談できます  
お子さん自身からの相談もお受けします

どうぞお気軽にご連絡ください

## 臨床心理士による個別相談（要予約）

### すくすく相談

お子さんの言葉や発達に関する相談

### ひだまり相談

お子さんご家族の心の問題に関する相談

## ティーンズ相談室「ユッカ」

中学1年生から19歳までの方の相談室です  
ご本人からの相談も受け付けます  
電話やメール、面談もお受けします（面談は要予約）

【TEL】042(313)2391

【メール】[teenssoudan-yucca@unchusha.com](mailto:teenssoudan-yucca@unchusha.com)

メールアドレス QR コード →



## 【小平市子ども家庭支援センターのご案内】

【開館日】火曜～土曜日（お休みは日、月、祝日）10：00～18：00

【住所】小平市小川東町4-2-1 小平元気村おがわ東2階

【TEL】042(348)2100（代表） 042(348)2102（相談電話）  
042(347)3192（虐待かもと思ったらご連絡ください）

【FAX】042-348-2101

【メール】[kodomokatei\\_kodaira@unchusha.com](mailto:kodomokatei_kodaira@unchusha.com)

【HP】<https://fukushi.unchusha.com/>  
kodomokatei\_kodaira



メールアドレス  
QRコード

### ※予約制のプログラム

※開催場所及び申込先：小平市子ども家庭支援センター

※日時、対象、定員、申込開始日は各講座内容参照

### ◆ふたごちゃん・みつごちゃんのママパパ集まれ◆

～助産師さんと一緒にストレッチを楽しみましょう～

助産師さんを迎えて産後の身体に効くストレッチで身体をほぐし、皆で多胎児育児についてお話をします

日時：7月10日(金)

10：15～11：30（10：00受付）

対象：多胎児を育てている保護者

定員：10組（保育あり・先着順）

持ち物：飲み物・フェイスタオル

申込：受付中



### ◆お子さんと一緒にりらくすヨガ◆

ママさんボランティアと一緒にヨガで体を動かしてリラックスしませんか？

日時：7月16日(木) 10：30～11：00

対象：0歳～2歳くらいまでのお子さんと保護者

定員：8組

持ち物：飲み物・ヨガマットかバスタオル

申込：6月25日(木) 10：00～ ※先着順

### ◆ひとり親家庭の集い◆

ひとり親家庭のお母さん・お父さん、日常生活の事や様々な手続きの事などゆっくりお話をしませんか

親子でデコパージュ石鹸作りをした後、お子さんと離れて親子それぞれでの交流をします

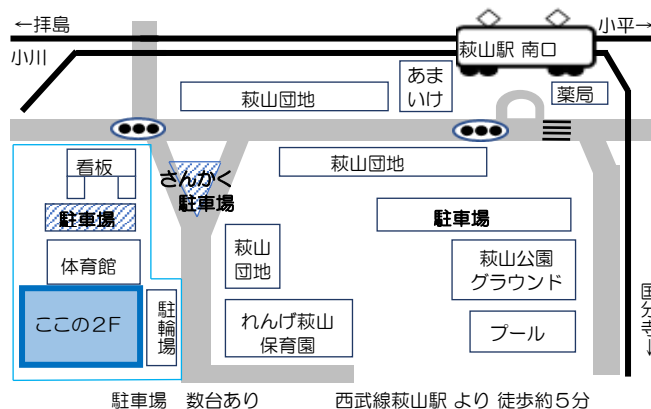
日時：8月8日(土) 14：00～16：00

対象：乳幼児から中学生のお子さんを持つ

ひとり親のご家庭

定員：10組程度

申込：7月7日(火) 10：00～





# おひさま

## 7月のプログラム

おひさまひろば ご利用について

利用時間：火～土曜日 10:00～18:00

※ひろばには、妊娠中の悩み・子どもと子育てに関する相談ができる子育てコンシェルジュがおりますので、お気軽にご相談ください

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
毎日 11 時 15 分頃から手遊びや絵本のお楽しみタイムもあります						
5 休	6 休	7	8	9 0歳さんあつまれ (10:00～11:30)	10 ふたごちゃん・みつごちゃんの ママパパあつまれ(要申込) (10:15～11:30)	11
12 休	13 休	14 東部出張ひろば りぼんの会 (10:00～11:30)	15	16 りらくすヨガ(要申込) (10:30～11:00)	17	18
19 休	20 休	21	22	23	24 鈴木公民館出張ひろば 0歳さんあつまれ (10:00～11:30) すくすくの会 (14:00～14:30)	25 おとうさんの会 (10:30～11:30)
26 休	27 休	28 りぼんの会 (10:00～11:30)	29	30	31	
暑い夏でも室内で涼しく遊べます。ぜひひろばに遊びに来てください						

※プログラムは小平市在住の方のみ対象（おひさまひろばは市外の方も利用できます♪）

※以下、申込み不要のプログラム（当日、会場へ直接お越しください）

### 場所:子ども家庭支援センター子育て交流ひろば

#### ◆0歳さんあつまれ◆

7月9日(木) 10:00～11:30

※初めて参加の方は10:00、2回目以降の方は10:30～受付になります

- \*手遊びやわらべうたを楽しみながら親子で交流をします
- \*妊娠中のお母さんお父さんも一緒に参加できます
- \*対象：0歳のお子さんと保護者、妊娠中の方とご家族

#### ◆心理士さんとお話をする会 すくすくの会◆

7月24日(金) 14:00～14:30

- \*ひろばで臨床発達心理士さんとお子さんの育ちについてお話をします
- \*言葉のことやイヤイヤ期など、お子さんの気になること、ひろばでお話しませんか
- \*対象：未就学のお子さんと保護者

#### ◆おとうさんの会◆

7月25日(土) 10:30～11:30

- \*お父さんとお子さんが集まって、お父さん同士でお話をする交流会です
- \*7月は0歳、1歳のお子さんとお父さんの交流会です
- \*対象：0歳・1歳のお子さんとお父さん

#### ◆助産師さんによる相談会 りぼんの会◆

7月28日(火) 10:00～11:30

- ※個別相談受付は11:00まで
- \*助産師さんとの個別相談会です(1組10～15分)
- \*体重測定もできます
- \*対象：1歳3か月ぐらいまでのお子さんと保護者



### 〈出張ひろばのご案内〉

#### 場所:東部市民センター 和室

#### ◆りぼんの会◆

7月14日(火) 10:00～11:30

※10:00～受付、10:20～お話をを行います

- \*助産師さんを囲んで、親子でふれあい遊びを楽しみながらお話をします
- \*対象：1歳3か月ぐらいまでのお子さんと保護者

出張ひろばには  
赤ちゃん用の敷物をお持ちください

#### 場所:鈴木公民館 和室

#### ◆0歳さんあつまれ◆

7月24日(金) 10:00～11:30

※初めて参加の方は10:00、2回目以降の方は10:30～受付になります

- \*手遊びやわらべうたを楽しみながら親子で交流をします
- \*対象：0歳のお子さんと保護者

### 自主グループ

まもらっこ 7月15日(水)、28日(火) 10:30～12:00

- \*こどもの成長や発達に心配がある親のお話会です
- ※初めての方は事前に子ども家庭支援センターへご連絡ください

おひさまひろばで昼食が食べられます♪

ランチルーム利用時間：11:30～13:00

時間内で自由にご利用いただけます。ご利用の方は12:40までにお入りください。詳細は職員まで。