

子ども家庭相談

妊娠期、0～18歳までのお子さんご家庭についてのご相談をお受けします。
お子さん自身からのご相談もお受けします。

- ・保育園やあそび場などの地域情報
- ・子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
- ・イヤイヤ期
- ・可愛いと思えない、子育てが楽しくない
- ・うちの子反抗期？
- ・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。
個室でも相談もできます。（要予約）

「いらっくすヨガ」動画

ママさんボランティアの内嶋さんによる大人気のプログラム、「いらっくすヨガ」を動画で配信します。
ご自宅で身体を伸ばして心も身体もリラックス♡



要予約

ひとり親おやこの会

～親子で缶バッチをつくろう Part2～

日時：1月30日(土) 15:00～16:30

対象年齢：ひとり親のご家庭でお子さんの年齢は問いません

定員：8組

集合：小平市子ども家庭支援センター

内容：お好きなキャラクターやイラストで缶バッチを手づくりしましょう。ご希望があれば写真などを35ミリ以下でお持ちください。
こちらでもイラストをご用意いたします。



2021年1月5日(火)より開館いたします。
今年もよろしくお願いたします。



予告

ペアレントトレーニング

～STOPイライラ！とまらない子育て～

【日時】2月6日(土)、2月27日(土)
10:00～12:00

【内容】「イライラが止まらなくて、つい子どもに大声をあげてしまう…」等でお悩みの保護者の方を対象にしたペアレントトレーニングです

子どもの気持ちに寄り添いながら気持ちをコントロールする方法を練習しましょう

【講師】丸谷充子（臨床心理士・臨床発達心理士）

【対象】3歳から小学校低学年のお子さんの保護者
2回とも参加できる方で初回の方優先

【定員】8組程度 保育：若干名(要相談)

【場所】小平市子ども家庭支援センター

【申込】1/21(木)10:00～受付開始
お電話でご予約ください

子育て講座

第一子の赤ちゃんとお母さんへ

～はじめの一步～

【日時】①2月25日 ②3月4日
③3月11日 ④3月25日(木曜日)
10:30～11:30(10:15受付)

【内容】子育てのことやお母さんご自身のこと
小さな疑問など何でも話し合います。

【ファシリテーター】ひろば職員

【場所】小平市子ども家庭支援センター

【定員】先着5組(要予約)

【対象】開催時3～5か月のお子さんとお母さん
4回連続参加できる方

【申込】1/21(木)10:00～受付開始
お電話でご予約ください

すくすく相談

お子さんの言葉や発達に関する相談を言語聴覚士・臨床発達心理士がお受けします(要予約)

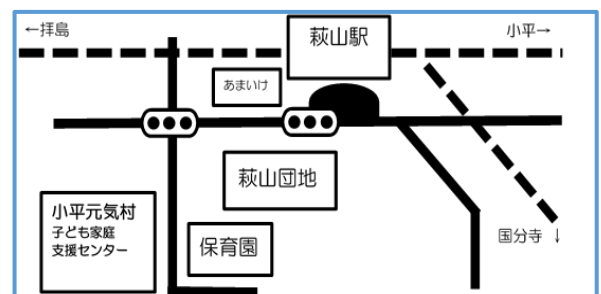
ひだまり相談

お子さんとご家族の心の問題に関する相談を臨床心理士・公認心理師がお受けします(要予約)

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
電話やメール、面談でお話できます(面談は要予約)

【住所】小平市小川東町4-2-1 小平元気村おがわ東2階
 【開館日】火曜～土曜日(日、月、祝日はお休み)
 【開館時間】10:00～18:00
 【TEL】042(348)2100(代表) 【FAX】042-348-2101
 042(347)3192(虐待かも、と思ったらご連絡ください)
 042(313)2391(ティーンズ相談室)
 【メール】kodomokatei_kodaira@unchusha.com
 【HP】http://fukushi.unchusha.com/kodomokatei_kodaira



駐車場 数台あり
西武線荻山駅より徒歩約5分



おひさま

1月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3 おやすみ	4 おやすみ	5	6	7	8	9 あげますください (10:00~12:00)
10 おやすみ	11 おやすみ	12 出張ひろば in 東部市民センター (10:00~11:40)	13	14	15	16
17 おやすみ	18 おやすみ	19 0歳さんあつまれ (10:30~11:00) (14:00~14:30)	20	21	22	23
24 おやすみ	25 おやすみ	26 りぼんの会 (10:00~11:30)	27	28	29 0歳さんあつまれ (10:30~11:00) (14:00~14:30)	30 ひとり親の会 (15:00~16:30)

要予約

出張ひろば
in 東部市民センター
わらべうたとお話会♪

1月12日(火)
10:00~11:40
①10:00~10:40
②11:00~11:40

- * 東部市民センター「和室」にて
- * 授乳・卒乳・離乳食などのお話ができます

対象:1歳3か月位までのお子さん
※母子健康手帳をお持ちください



予約不要

あげますください
1月9日(土)
10:00~12:00

まだ使えるけど、お子様の成長とともに使わなくなったものを交換しませんか? お品物をお持ちください

※持ってきていただいたお品物はセンターでお預かりさせていただきます。大物はあらかじめ電話にてお問合せください

プログラム予約方法

1月5日(火) 10:00~
電話にてお申込み受付開始
定員になり次第受付終了
小平市子ども家庭支援センター
【電話】042(348)2100
(火~土曜日の10:00~18:00)

- ・小平市民の方を優先させていただきます
- ・来所時検温し、発熱の症状があった場合はご利用をご遠慮いただいておりますので、体調管理にご留意ください
- ・また、前日に発熱症状や、咳症状がある場合も翌日のプログラムへのご参加はご遠慮ください併せてキャンセルのご連絡もお願い致します
- ・保護者の方のマスク着用をお願いいたします。お子さまに関しては保護者の方がご判断ください



0歳さんあつまれ

要予約

1月19日(火) 10:30~11:00 低月齢
(6か月位まで)
14:00~14:30 高月齢
(11か月位まで)
1月29日(金) 10:30~11:00 高月齢
14:00~14:30 低月齢

- * おひさまひろばにて
- * 低月齢、高月齢ともに5組の事前予約制
- * わらべうたや手あそびうたを通した親子のふれあいの時間と保護者同士の交流の場

要予約

助産師さんによる相談会
りぼんの会
1月26日(火)
10:00~11:30

- * おひさまひろばにて
 - * 体重測定、授乳・卒乳・離乳食などのお話ができます
- 対象:1歳3か月位までのお子さん
※母子健康手帳をお持ちください



おひさまひろばご利用時間の変更について

1家庭1日1回、いずれかの時間帯でご利用できます
1月~3月までの冬の期間は午後の時間を変更します

午前	10:30~11:30	3組
午後①	13:30~14:30	3組
午後②	15:30~16:30	3組

利用希望日前日に予約を承ります
当日も空いている場合は受けつけております
利用前日 10:00~18:00 電話のみの受付とします
月曜日が休館となるため、火曜日の予約は前週の土曜日にご予約ください