



# 小平市子ども家庭支援センターだより 2025年1月

## 子ども家庭相談

お子さんのことで

心配なことがある… 煮詰まってしまった…

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
- ・ 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
- ・ うちの子反抗期？
- ・ 可愛いと思えない、子育てが楽しくない

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



### ※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

### ◆第一子の赤ちゃんとお母さんへ◆

#### ～はじめての一步 赤ちゃんとお母さんの家族～

新しい家族を迎えた喜びや不安などを共有し、これからの子育て・親育ちを楽しめるようになることを目的にしたお母さん向けのプログラムです。

日時：1月31日～2月28日の毎週金曜日  
(2月21日は除く) 10:30～12:00

対象：1/31時点で生後2か月～5か月までの第一子のお子さんとお母さん ※全4回参加できる方

定員：6組

申込：令和6年12月20日(金)10:00～

#### ひとり親家庭の集い～ゆっくり話そう～

小平市内にお住いの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と一緒にゆっくりお話をしませんか。親子一緒に制作をした後、お子さんと離れて保護者同士の交流を予定しております。

日時：2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：1月21日(火)10:00～

## 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

お子さんとご家族の心の問題に関する相談

## ティーンズ相談室

### 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➡



【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

## ～年末年始のお知らせ～

12月29日(日)～1月3日(金)は休館となります

新年は、1月4日(土)から開館します

悩んだときは…【子育て相談】親子のための相談 LINE

12月29日～1月3日は9:00から17:00まで

【救急の相談】#7119 こちらへご相談できます



## ペアレントトレーニング

### ～怒ったり怒鳴ったりしないしつけの方法～

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…という保護者の方を対象としたプログラムです。子どもの気持ちに寄り添いながら気持ちのコントロール方法を練習します。

日時：2月22日(土)、3月8日(土) 14:00～16:00

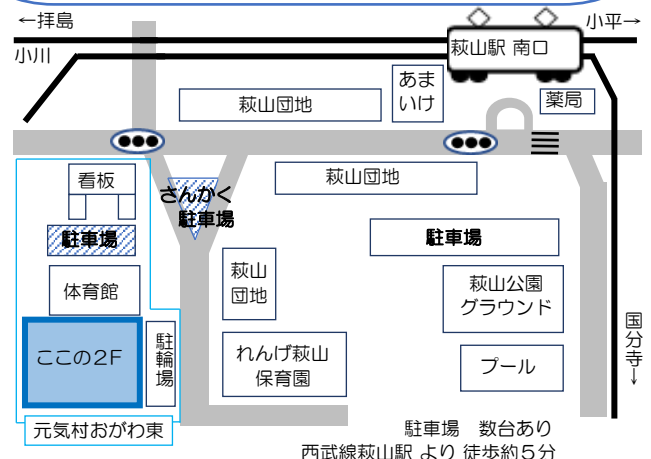
対象：3歳から小学校低学年のお子さんの保護者  
2回連続講座のため、2回とも参加できる方  
※初めての方を優先

講師：丸谷充子 (小平市子ども家庭支援センター

心理発達専門相談員)

定員：10名程度

申込：1月21日(火)10:00～





## 1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
【年末年始のお知らせ】 12月29日(日)～1月3日(金)は休館 新年は、1月4日(土)から開館します						
5 おやすみ	6 おやすみ	7	8	9	10 おもちゃの専門家と遊ぼう (10:30～11:30)	11 すくすくの会 (11:00～11:30)
12 おやすみ	13 おやすみ	14 東部出張ひろば 0歳さんあつまれ (10:00～11:30)	15	16	17	18 ふたごちゃん みつごちゃんあつまれ (10:30～11:30)
19 おやすみ	20 おやすみ	21	22	23 0歳さんあつまれ (10:30～11:30)	24 東部出張ひろば 助産師さんと一緒にわいわいトーク (10:00～11:30)	25 パパとあそぼう (10:30～11:30)
26 おやすみ	27 おやすみ	28 りぼんの会 (10:00～11:30)	29	30	31 はじめの一步 赤ちゃんと創るわたしの家族① (10:30～12:00)	

※全プログラム申込み不要（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



#### ◆おもちゃの専門家と遊ぼう◆

- 1月10日(金)10:30～11:30
- \*おもちゃの専門家とたくさんのおもちゃで遊ぶ会
- \*対象：乳幼児の親子
- \*希望者多数の場合は入替制となる場合もあります

#### ◆心理士さんとお話をする会 すくすくの会◆

- 1月11日(土)11:00～11:30
- \*おひさまひろばで臨床発達心理士さんとこどもの育ちについてお話をしませんか
- \*対象：未就学児の親子または保護者

#### ◆ふたごちゃんみつごちゃんあつまれ◆

- 1月18日(土)10:30～11:30
- \*ふたごちゃんみつごちゃん親子の交流会
- \*対象：多胎児の親子、多胎児を妊娠中の方（小平市近郊の方もご参加いただけます）

#### ◆0歳さんあつまれ◆

- 1月23日(木)10:30～11:30
- \*手遊びやわらべうたを楽しむ親子の交流会
- \*対象：0歳児の親子

#### ◆パパとあそぼう◆

- 1月25日(土)10:30～11:30
- \*父子の交流会
- ～節分制作と豆まきを楽しもう～
- \*対象：パパと未就学児のお子さん

#### ◆助産師さんによる相談会 りぼんの会◆

- 1月28日(火)10:00～11:30
- \*助産師さんを交えて皆でお話をしたり、個別相談もお受けします
- \*体重測定もできます
- \*対象：1歳3か月ぐらいまでの親子



### 場所:東部出張ひろば 東部市民センター和室

#### ◆0歳さんあつまれ◆

- 1月14日(火)10:00～11:30
- ※入替制ではありませんので、ご都合の良い時間にお越しください
- \*手遊びやわらべうたを楽しむ親子の交流会
- \*対象：0歳児の親子

#### ◆助産師さんと一緒にわらべうたとわいわいトーク◆

- 1月24日(金)10:00～11:30
- ※入替制ではありませんので、ご都合の良い時間にお越しください
- \*助産師さんを交えた親子の交流会
- \*対象：1歳3か月ぐらいまでの親子

### 自主グループ

ままらっこ 1月8日(水)、24日(金) 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るようになりました♪

時間：11:30～13:00 30分交代制 1枠2家庭まで

利用方法：ひろば来所時にホワイトボードへ名前を記入

※当日予約制 ※詳細は職員にお問い合わせください