



府中市子育てステーションふらっと上下

(上下地域共生交流センター内) tel 0847-62-2231

月	火	水	木	金	土
					1
3 文化の日	4	5	6	7 作って遊ぼう	8
10 絵本の玉手箱	11	12 親子教室 AM休み	13 すくすく相談	14	15
17 リトミック	18	19	20 親子ワッキング AM休み	21 ハーフバースディ	22
24 振替休日	25	26	27 作って飾ろう	28	29



プレイルームに 遊びにおいて

- * 小さいお子さんが安心して遊べる部屋を月曜日～金曜日（祝祭日を除く）に開放しています。（行事のない日はいつでも利用できます。）
- * 子育てについての話がしたい・ちょっと気分を変えたい・地域の子育ての情報が知りたいなど、いろいろなお話ができますよ。
- * 子育て中のパパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃん・妊婦さん、待ってます。

《プレイルームの利用時間》

午前 10:00～11:30 午後13:00～16:00

毎週火曜日・木曜日は

17:00まで開いています

- * プレイルームは予約をしてご利用ください。
- * 各種イベントも予約が必要です。
- * 電話でお問い合わせください。



一押しイベント



* 親子ワッキング *

日 時：11月20日（木）
10:00～12:00

内 容：保育所給食の
おすすめレシピ集の中から
* 炊き込みご飯
* 相性汁
を作ります。ミルクずもちの
試食もありますよ～！

場 所：ふらっと上下調理室

対 象：未就学児とその保護者

持ち物：エプロン・三角巾・
マスク・タオル・飲み物

参加費：300円（予定）



11/7
(金)

* 作って遊ぼう *

廃材を使ってガラガラシャカシャカと音がするマラカスを作ります
時 間：10：00～11：30

11/13
(木)

* すくすく相談 *

時 間：10：00～

場 所：1F ふれあいルーム

内 容：身体測定

保健師・栄養士が相談に応じます。

持ち物：母子手帳・バスタオル
飲み物

* 事前にお問い合わせください。



11/20
(木)

* 親子ワッキング *

時 間：10：00～12：00

持ち物：エプロン・三角巾

マスク・タオル

飲み物など

参加費：300円(予定)

「作る」「食べる」楽しさを体験しましょう♪
(詳細は一押しイベントに掲載)



11/21
(金)

* ハーフバースデー *

親子で6か月の誕生日をお祝いしましょうか。ぺったんアートやフォトコーナー、ふれあい遊びで思い出作りをしましょう😊

時 間：10：00～11：30

場 所：1F プレイルーム

対 象：6か月の赤ちゃんと保護者



11/27
(木)

* 作って飾ろう *

クリスマスの飾りを作ります。

時 間：10：00～11：30



11/10
(月)

* 絵本の玉手箱 *

時 間：11：00～11：15

☆メイのともだち☆さんによる読み語りです

今月も音楽に合わせて読み語りをします。



11/17
(月)

* リトミック *

リズムにのってからだを動かして遊びましょう。

民生委員さんも来られますよ。

一緒に楽しみましょう♪

時 間：10：15～11：15

場 所：3F フレンドルーム

持ち物：飲み物



子育て応援サイト

府中市の子育てに関する情報が満載です。

イベント情報や子どもに人気のレτζピ、ふらっと上下だよりも掲載しています。



* オンラインde子育て相談 *

オンラインでつながって、お話や相談などができますよ。困ったときにちょっとした時間つながってみませんか。

* お申込み・お問い合わせ

下記のアドレスで受け付けます。

「件名」「内容」を書いて申込みください。

ikuchan-huchucity2039@docomo.ne.jp

件 名：個別子育て相談申し込み希望

内 容：1. 保護者名 2. お子様の名前と生年月日

3. 住所 4. 電話番号

