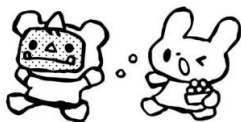


町田市子育てひろば カレンダー (鶴川地域版)

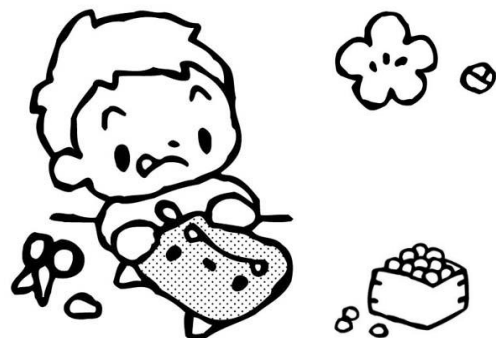
2026年

お住まいの近くの「子育てひろば」をご案内します
どなたでも遊びに来てください
イベントの詳細は各園にお問い合わせください



子育てひろばカレンダー配布場所

「子育てひろばカレンダー」はこの鶴川地域版の他に
「堺」「忠生」「町田」「南」地域版があります
各地域のカレンダーは町田市役所・市立保育園等で
配布しています ぜひご利用ください



↓今月の掲載園です ※要予約のイベントと感染症対策については各施設へお問い合わせください

施設名	住所	Tel	Fax	マイ保育園 事業実施園
小野路保育園 本園 分園	小野路町1416 野津田町1084-1	042-735-2314 042-708-0231	042-735-8822 042-708-0232	○
ききょう保育園「あじさい広場」	鶴川1-16-2	042-736-6130		○
市立大蔵保育園	大蔵町1984	042-735-3600	042-735-3640	○
東平ひまわりこども園	広袴町543-1	042-736-2266 メール h-hiroba@higashidaira.com	042-736-2212	○
東平しらゆり保育園	広袴町542	042-736-2276 メール s-hiroba@higashidaira.com	042-736-2238	○
みどりの森保育園	能ヶ谷4-7-19	042-708-8161	042-708-8162	○
井の花保育園	大蔵町530-1	042-708-9541	042-737-0353	○
ゆうき山保育園	金井ヶ丘1-10-24	042-737-7607	042-735-1901	○
三輪あいこう保育園	三輪町82-7	044-987-9871	044-987-9972	○
花の木保育園	真光寺3-1-6	042-734-6113	042-736-4784	○
おひさま共同保育園	野津田町498-1	042-736-6648	042-736-6649	○
鶴川フェリシア保育園	三輪町122-12	044-281-4077	044-988-4084	
ぽっぽの森保育園	大蔵町408	042-860-1515	042-860-1515	
フェリシア幼稚園	三輪町122-12	044-988-4074	044-988-4803	
鶴川若竹幼稚園	野津田町1303	042-735-5210	042-736-6129	
和光鶴川幼稚園	真光寺町1271-1	042-735-2291	042-736-5606	
けいしょう幼稚園	鶴川1-5-2	042-708-8787		
認定こども園 鶴川シオン幼稚園	大蔵2216	042-735-3136		
鶴川地域子育て相談センター (子どもセンターつるっこ内)	大蔵町1913	042-734-3699	050-3101-9459	

※“QRコード”の商標はデンソーウェーブ株式会社、“Facebook”の商標はメタ・プラットフォームズ・インコーポレイテッド、“Instagram”の商標はインスタグラム・リミテッド・ライアビリティ・カンパニー、“LINE”の商標はLINEヤフー株式会社が登録しています

<お知らせ> このページには、定期的に行われるイベントについて掲載しています

※特に記載のない限り・①日曜日、祝日は休みです ②各イベントは無料です ③駐車場はありません

④各イベントは保護者(又は大人)と一緒に参加です ⑤年齢記載がないイベントは未就学児対象です

※悪天候や施設の都合により中止になる場合もありますので、お問い合わせください

<ききょう保育園>

- ・ 室内・園庭開放
(妊娠期・0～3歳、市内在住、未就園)
2月毎週月～金曜日
9:00～16:00(12:00～13:00閉室)
身長・体重を測定できます
あじさい広場 駐車場(要予約3台)
- ・ 子育て相談
(妊娠期・0～3歳、市内在住、未就園)
2月毎週月～金曜日
9:00～16:00(12:00～13:00閉室)
あじさい広場 駐車場(要予約3台)
- ・ 何してるかな 0歳クラス
(妊娠期・1～4か月、市内在住、未就園)
2月毎週月～金曜日 10:00～11:00
来室にて要予約(2組)
あじさい広場 駐車場(要予約3台)
- ・ かんたんマーブリング(0～3歳、市内在住、未就園)
2月4日(水曜日)、5日(木曜日) 10:00～11:00
汚れても良い服で来てください
あじさい広場 駐車場(予約制3台)

※あじさい広場は保育園とは別棟にあります

<鶴川フェリシア保育園>

- ・ 子育て相談
2月毎週月～金曜日 10:00～16:00
『フェリシア子育てひろば』HPより
ご予約をお願いいたします
駐車場10台以上有
問い合わせ先:フェリシア幼稚園044-988-4074

<和光鶴川幼稚園>

- ・ 美術展
2月24日～3月1日
平日9:00～10:00 12:30～16:30
土・日9:00～16:00
大型駐車場100台

<市立大蔵保育園>

- ・ 園庭開放
2月毎週月～土曜日 8:30～16:30
駐車場4台(9:30～16:00)
- ・ 育児相談
2月毎週月～金曜日 8:30～17:00
相談は電話、来園でお受けしています
駐車場4台(9:30～16:00)
- ・ 室内開放
2月毎週月～金曜日 9:00～16:00
靴袋持参 駐車場4台(9:30～16:00)
- ・ 親子体験保育
2月毎週月～金曜日 9:00～給食終了まで
要予約(平日9:00～17:00)
有料(離乳食300円、給食210円、おやつ70円)

<小野路保育園>



- ・ 園庭開放
本園・分園
2月毎週月～金曜日 9:30～12:30
本園のみ駐車場有
- ・ 子育て相談
本園・分園
2月毎週月～金曜日 10:00～16:00
保育園見学や園庭開放の際にも相談できます
本園のみ駐車場有

<東平ひまわりこども園>

- ・ 子育て相談
2月毎週月～金曜日 10:00～17:00
駐車場19台
- ・ 園庭開放
2月毎週月・火・水・金曜日 10:00～12:00
雨天中止
駐車場19台



※悪天候や施設の都合により、中止になる場合もありますのでお問い合わせください

<花の木保育園>



- ・ 園庭開放
2月毎週月～金曜日 9:30～11:30
駐車場8台
- ・ オープンカフェ あそび場開放
2月毎週月・木・金曜日 9:30～14:30
駐車場8台

<三輪あいこう保育園>

- ・ 園庭開放
2月毎週月～金曜日 10:00～15:00
駐車場5台
- ・ おもちゃの図書館
2月3日・10日・17日(火曜日) 10:00～15:00
おもちゃの貸し出しもしています
駐車場5台

<東平しらゆり保育園>



- ・ 育児相談
(妊娠期、0～5歳のお子さんの保護者の方)
2月毎週月～金曜日 10:00～17:00
電話でも相談できます 駐車場19台
- ・ 室内開放
2月毎週月・火・木・金曜日 8:00～13:00
駐車場19台
- ・ 園庭開放
2月毎週月・火・木・金曜日 10:00～12:00
雨天中止 駐車場19台

<井の花保育園>

- ・ 園庭開放(0～3歳)
2月毎週月～金曜日 10:00～13:00
電話にて要予約 駐車場5台
- ・ 室内開放(0～3歳)
2月毎週月～金曜日 10:00～13:00
電話にて要予約 駐車場3台
- ・ 子育て相談
2月毎週月～金曜日 10:00～15:00
電話にて要予約

<フェリシア幼稚園>

- ・ 子育て相談
2月毎週月～金曜日 10:00～16:00
『フェリシア子育てひろば』HPより
ご予約をお願いいたします
駐車場10台以上有
- ・ Felicia ほっとタイム 肩甲骨ヨガ
2月2日・9日(月曜日) 10:00～11:00
詳細はHPまたはInstagramからご確認ください

<ゆうき山保育園>

- ・ 子育て相談(0～3歳)
2月毎週月～金曜日 9:00～16:00
要電話予約 駐車場4台
- ・ 園庭開放(0～3歳)
2月毎週月・水・金曜日 9:00～12:00
要電話予約 駐車場4台
- ・ 室内開放(0～3歳)
2月毎週月・水・金曜日 9:00～12:00
要電話予約 駐車場4台

<みどりの森保育園>

- ・ 室内・園庭開放
2月毎週月・水・金曜日 9:30～12:30
育児についても気軽にお話できます

<おひさま共同保育園>

- ・ 園庭開放(0～3歳児)
2月毎週月～金曜日 10:00～11:30
要予約 駐車場有
- ・ 育児相談
2月毎週月～金曜日 10:00～11:30
要予約 駐車場有



＜子どもセンターつるっこ＞



つるっこ
イベント・
プログラム

2月のお休みは毎週火曜日と
12日(木曜日)、25日(水曜日)です

- ・ふあんふあんたいむ(0歳～未就学児)
2月5日・26日(木曜日) 11:00～11:30
- ・ベビーふあんふあんたいむ(0歳～1歳3か月)
2月18日(水曜日) 11:00～11:30

※詳細は、右上のQRコードでご確認ください

【問い合わせ先】 大蔵町1913 042-708-0236



＜鶴川地域子育て相談センター＞



2月のお休みは毎週火曜日と
12日(木曜日)、25日(水曜日)です

- ・子育てのことあれこれ 育児相談(0～18歳)
誰に聞いたらよいのか分からない、日々の生活で
生じる子育ての疑問・質問を気軽にお話ください
(来所・電話・家庭訪問・オンライン)
- ・大きくなったかな
身長・体重測定ができます！
職員に気軽に声をかけてください
- ・金井ランド(0～3歳)
2月16日(月曜日) 10:30～11:30
【開催場所】 金井クラブ(金井5-20-3)
共催: 子どもセンターつるっこ

【問い合わせ先】 大蔵町1913(つるっこ内)
042-734-3699 10:00～18:00

＜生涯学習センター＞

- ・子育てママのおしゃべり会～センサリーボトル作り～
2月14日(土曜日) 10:00～11:30
生涯学習センター6階保育室
乳幼児から小学生の親子
申込不要、直接来館



- ・親と子のまなびのひろば
「パパと一緒にきしゃポッポ」
2月15日(日曜日) 10:00～11:30
生涯学習センター6階保育室
市内在住の0～1歳児(2歳誕生月まで)と父親
2月2日(月曜日)9:00～電話受付(10組申込順)



※詳細は、二次元コードからご確認ください

【問い合わせ先】 原町田6-8-1 042-728-0071

＜鶴川駅前図書館＞

- ・えいごのおはなし会
2月のえいごのおはなし会は中止です
- ・子どものおはなし会
2月21日(土曜日) 11:00～
当日先着10組
- ・0・1・2 あっぷつぶのおはなし会
2月27日(金曜日) 11:00～
当日先着10組



※中止になる場合がございますので、
必ず下記までお問い合わせください

【問い合わせ先】 能ヶ谷1-2-1 042-737-0263

＜三輪子どもクラブMIWA～GO＞



- ・プレイパーク
2月毎週金曜日 10:00～14:00
- ・乳幼児身体測定
2月18日(水曜日) 10:00～12:00

- ・乳幼児工作
2月27日(金曜日) 10:30～12:00
※材料がなくなり次第、終了とさせていただきます

詳細は電話もしくは来館にてお問い合わせください

【問い合わせ先】 三輪緑山3-25-2 044-299-6307

＜ぷちくれよんひろば＞



午前中の学童保育クラブを開放しています
親子で遊べる楽しいひろばです
企画日にはお誕生児のお祝いをします

2月18日・25日(水曜日) 10:30～11:30
飲食可能なスペースを設けていますので、
昼食等ご利用の場合はご持参ください
25日は企画「お話会」

【開催場所・問い合わせ先】
大蔵学童保育クラブ(大蔵小学校敷地内)
042-734-3277

当日、上記開催クラブにお気軽にお越しください

<イベントカレンダー> 特に記載のない限り、開催場所は主催保育園です

※悪天候や施設の都合により、中止になる場合もありますので開催の有無についてご不明な場合は、各施設へお問い合わせください

日	曜	主催施設	予約・費用・場所他	イベント名(対象年齢)・イベント内容	時間
2	月	鶴川地域 子育て相談センター	鶴川市民センター 2階和室(1) 駐車場有	にこにこ(8か月～1歳2か月) 子ども家庭支援課 と共催でミニ育児講座を行います ～一人で抱え 込まない子育て～ 靴袋持参	10:20～11:20
3	火	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより 申し込み 給食代・保 険料(300円)	親子教室はらっぱ オニのお面を作って豆まきをし ませんか? ぜひ厄払いをしましょう!! 大型駐車 場100台	9:30～11:30
		井の花保育園	要予約(井の花保育 園HPにて) 駐車場要予約	みつばちひろば 豆まき(1～3歳) 親子で保育園 の節分行事に参加しましょう	9:50～11:00
		鶴川フェリシア保育園	Instagramより申し込 み(親子10組程度)	ぽかぽかのかい豆まき(0～2歳) 保育園で行う豆 まきへの参加をお待ちしています 詳細はInstagramからご確認ください	10:00～10:30 受付(9:50～)
		花の木保育園	要予約(10組) 駐車場8台	親子体操(0～2歳) 体操の先生が親子で楽しめ る体操を紹介します 親子で触れ合って楽しく身体 を動かしましょう	10:00～11:00
		ききょう保育園	鶴川駅前五反田公園 雨天・強風など悪天 候時中止	あおぞら広場 紙芝居・絵本の読み聞かせや手あ そびをします 子育て相談もお受けします 敷物 をお持ちください	10:30～11:15
4	水	ゆうき山保育園	要予約(8組 ゆうき 山HP予約のみ) 駐車場4台有	スマホ講座(0～3歳) 講師がスマホでの可愛い 写真の撮り方を教えてください♪お子さんの可愛 い写真を残しませんか?	10:00～11:00
5	木	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより 申し込み おやつ代・ 保険料(300円)	親子教室はらっぱ 我が子の写真を使ってスクラ ップブック作りをします 写真を5～10枚お持ちくだ さい 大型駐車場100台	9:30～11:30
		おひさま共同保育園	要予約 駐車場有	子育てカフェ(0～3歳児) 親子で制作やリズム遊 びで楽しみましょう	10:00～11:00
6	金	東平ひまわりこども園	駐車場19台	ひまわりtime おもちゃ等であそびながら、のんび りとお話をしませんか	9:45～11:00
		鶴川シオン幼稚園		未就園児の会 シオン幼稚園でたくさんあそびま しょう	10:00～11:30
		鶴川地域 子育て相談センター	鶴川市民センター 2階和室(1) 駐車場有	ころころ(妊娠期、1～7か月) ふれあい遊びや絵 本の読み聞かせを楽しみましょう バスタオル、靴 袋持参	10:20～11:20
7	土	けいしょう幼稚園	費用100円(保険料 他)	プレイルームけいしょう(未就園児対象)「ボール をつくってあそぼう!」 みんなで楽しみましょう!	10:30～11:30
9	月	ゆうき山保育園	要予約(8組 ゆうき 山HP予約のみ) 駐車場4台有	プーさんの会 バレンタイン制作(0～3歳) バレン タインにちなんだ制作を行います♪食べ物作り ません 持ち物:制作物を持ち帰る袋	10:00～11:00
		鶴川若竹幼稚園	要予約	0・1歳親子で楽しむコミュニティ広場 ゆったりとし た空間に親子で遊びに来ませんか?	10:00～11:30 受付9:45～
		フェリシア幼稚園	フェリシア幼稚園・ Instagram、HPより申 し込み 駐車場有	English play Grop 2026英語であそぼ(2～3歳) 詳細はHPまたはInstagramからご確認ください	10:15～11:00
10	火	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより 申し込み 給食代・保 険料(300円)	親子教室はらっぱ 「子育て懇談会」を行います 大型駐車場100台	9:30～11:30
		みどりの森保育園	要予約(前日まで)	誕生会 誕生月でないお友だちも大歓迎! みんな で楽しみましょう!	9:45～10:15

<イベントカレンダー> ※イベントの詳細については各園にお問い合わせください

日	曜	主催施設	予約・費用・場所他	イベント名(対象年齢)・イベント内容	時間
12	木	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより申し込み おやつ代・保険料(300円)	親子教室はらっぱ Canvaの講習会をします 大型駐車場100台	9:30～11:30
		井の花保育園	要予約(井の花保育園HPにて) 駐車場要予約	みつばちひろば スマホフォト講座(0～3歳) スマホを使ってお子さんを撮影する時のポイントを専門講師に教わります スマートフォン持参	9:50～11:00
		みどりの森保育園	要予約(前日まで) 1家庭につき保護者1名	育児講座 保育所ってどんなところ?なにをしてるの?遊びは?食事は?保育所についてご案内・説明をいたします	11:00～12:00
13	金	フェリシア幼稚園		子育てカフェ～たまり場～ 子育て中の方、お茶を飲みながら子育ての話や情報交換などお話ししましょう 詳細はInstagramからご確認ください	9:00～11:00
		おひさま共同保育園	要予約 駐車場有	誕生会(0～3歳児) 2月生まれの園児と一緒に祝いを行います 写真付きの誕生カードとティアラをプレゼントします	10:00～11:00
		東平しらゆり保育園	駐車場19台	トレインday(1～4歳) プラレール、プリオなどの電車遊びを楽しみませんか 時間内にお越しください	10:00～12:00
		鶴川地域子育て相談センター	鶴川市民センター2階和室(1) 駐車場有	のびのび(1歳3か月～1歳11か月) のびのびと身体を動かして遊んだり、親子でふれあい遊びを楽しんだりしましょう 靴袋持参	10:20～11:20
14	土	ぽぽの森保育園		冬のあそび会 ワークショップやあそびのコーナーがあったり、おせんべい焼き体験もできます おやつにどうぞ	9:00～12:00
17	火	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより申し込み 給食代・保険料(300円)	親子教室はらっぱ(未就園児) 羊毛フェルトづくりをします 大型駐車場100台	9:30～11:30
		ききょう保育園	あじさい広場 駐車場(要予約3台)	おおきくなったかな(0～3歳、市内在住、未就園) お子さんの身体測定ができます 記録カードがあります 利用してください	9:30～11:30 13:30～15:30
		東平ひまわりこども園	電話またはメールにて要予約(3組) 駐車場19台	お誕生会 こども園の友だちと一緒に誕生日のお祝いしましょう	9:45～10:30
		井の花保育園	要予約(井の花保育園HPにて) 駐車場要予約	みつばちひろば リズムあそび(1～3歳) 親子でふれあいながら音やリズムを感じて楽しみましょう	9:50～11:00
		東平しらゆり保育園	メールにて要予約(3組) 駐車場19台	お誕生会 皆で一緒にお祝いしましょう 誕生カード、写真のプレゼントがあります	11:00～12:00
18	水	鶴川地域子育て相談センター	和光大学ポプリホール鶴川	3水スマイルラウンジ「わくわくひろば」(妊娠期、0～5歳) おもちゃであそびましょう 12:00～13:00 は閉室 バスタオル、靴袋持参	10:30～15:00
19	木	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより申し込み おやつ代・保険料(300円)	朝の集会 京劇 中国の古典演劇「京劇」を見ます 本場中国で初めて日本人で認められた石山雄太さんが演じて見せてくれます 大型駐車場100台	9:30～11:30(親子教室) 9:50～10:30(朝の集会)
		鶴川地域子育て相談センター	鶴川市民センター2階和室(1) 駐車場有	ころころ(妊娠期、1～7か月) ふれあい遊びや絵本の読み聞かせを楽しみましょう バスタオル、靴袋持参	10:20～11:20
		東平しらゆり保育園	メールにて要予約(7組 市内在住) 駐車場19台	リトミッククラブ(1～3歳) 講師の鈴木葉子先生と一緒に親子でリトミックを楽しみましょう ぜひご参加ください	10:30～11:30
		ききょう保育園	要予約(6組 1/26～) あじさい広場 駐車場(要予約3台)	プレ・ベビ広場(妊娠期・1～6か月、市内在住、未就園) ベビーマッサージで親子のふれあいを楽しみましょう 持ち物有(予約時にお知らせします)	13:30～14:30



<イベントカレンダー> ※イベントの詳細については各園にお問い合わせください

日	曜	主催施設	予約・費用・場所他	イベント名(対象年齢)・イベント内容	時間
20	金	ききょう保育園	あじさい広場 駐車場(要予約3台)	かきのたね(0～3歳、市内在住、未就園) 柿木文庫の話し手さんによるおはなし会です 絵本や紙芝居、パネルシアター、手あそびを楽しみましょう	10:30～11:00
		みどりの森保育園	要予約(前日まで) 1家庭につき保護者1名	インタラクティブで遊ぼう！(はいはい～2歳くらいのお子さん) 子どもたちの動きを感知し、変化する床面インタラクティブで遊みましょう！	13:30～14:00
21	土	ききょう保育園	あじさい広場 駐車場(要予約3台)	いっしょに遊ぼう！(0～3歳、市内在住、未就園) シールコーナーを設けます 親子で楽しみましょう 11:00から絵本タイムもあります	9:30～11:30
		小野路保育園	HPより要予約 小野路公会堂 駐車場台数限定要予約	親子陶芸教室 粘土をこねて広げてオリジナルのお皿を作ります 絵付けもできます 完成は1か月後です	10:00～11:30
24	火	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより申し込み 給食代・保険料(300円)	親子教室はらっぱ ひな祭り用押しずしづくりをします 大型駐車場100台	9:30～11:30
		花の木保育園	真光寺公園 雨天中止 駐車場有	そらのアトリエ 公園にアトリエをオープンします 工作など保育園でこどもたちが楽しんでいる遊びを親子で楽しめます	10:00～11:00
		東平しらゆり保育園	メールにて要予約(7組 市内在住) 駐車場19台	赤ちゃんと一緒にベビーヨガ(首据わり～歩き始めくらいの0歳) 横山恵子講師と親子でヨガを楽しみます 予防接種後48時間以内の方は控えてください	10:00～11:00
25	水	ききょう保育園	来室にて要予約(6組 1/26～) あじさい広場	離乳食講座(5か月～12か月、市内在住、未就園) 同月齢のお母さんたちと懇談しましょう 試食もあります(試食代100円) 駐車場要予約3台	14:30～15:30
26	木	和光鶴川幼稚園	HP参加フォームより申し込み おやつ代・保険料(300円)	親子教室はらっぱ 在園の子どもたちが毎年作っている味噌を親子教室でも作ります 大型駐車場100台	9:30～11:30
		ききょう保育園	図師馬駈会館 駐車場(要予約4台)	みんなのひろばin図師 ききょう保育園、しげんの国保育園が共同で行う子育てひろばです 遊んだり交流したりして過ごしましょう	10:00～11:15
27	金	ゆうき山保育園	要予約(8組 ゆうき山HP予約のみ) 駐車場4台有	プーさんくらぶ おひなさま制作(0～3歳) 親子で作れる簡単なお雛様制作です 女の子も男の子も大歓迎です 持ち物:制作物を持ち帰る袋	10:00～11:00
		三輪あいこう保育園	要予約(5組) 駐車場5台	ひとみ座人形劇公演(2～5歳) プロの人形劇公演を楽しみましょう 演目は、「コンちゃんどうしたの?」「あかいながぐつ」です	10:00～11:00
		東平しらゆり保育園	メールにて要予約(7組 市内在住) 駐車場19台	親子DEストレッチ(1～3歳) チアダンスのインストラクターによるストレッチやダンスを親子で楽しみませんか	10:30～11:30
		ききょう保育園	あじさい広場 駐車場(要予約3台)	赤ちゃん和妈妈の絵本の時間(妊娠期・0～1歳、市内在住、未就園) 赤ちゃんとお母さん向けの絵本を読みます ふれあいあそびも楽しみましょう	14:30～14:50

行事の由来：節分



節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気＝鬼)を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆＝「大豆」です。

また、鬼が苦手とされている、焼いたいわしの頭を、ひいらぎに刺したものを家の玄関や戸口にさげると、鬼が入ってこられないといわれています。

豆まきの後には・・・



豆まきのあとは、年齢の数だけ豆を食べ、その年の無病息災を願います。

しかし小さな子どもの場合、かみ砕く力や飲みこむ力が十分ではなく、気道も狭いため誤嚥事故につながりやすいです。

消費者庁では、硬い豆やナッツ類は、5歳以下の子どもには食べさせない方がよいと注意喚起しています。

昭和薬科大学
& 町田市地域子育て相談センター共催イベント
「おくすり・子育て相談カフェ」

薬剤師、保育士、公認心理師、臨床心理士が、
みなさんのさまざまな悩みにお応えします。
くすり、病院のかかり方、健康、子育てのこと
情報交換してスッキリしませんか？

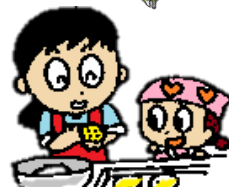
日 時：2月26日（木曜日）
10:30～12:00
対 象：未就学児とその保護者
定 員：10組程度（町田市民優先）
場 所：昭和薬科大学構内（東玉川学園3-2-1）
※自家用車での来場を希望される方は
ご相談ください



予約・問い合わせ先：堺地域子育て相談センター
042-770-7446
10:00～18:00
※子どもセンター休館日
（毎週火曜日・2/12・2/25）を除く

旬の食材なあに？

だいこん、れんこん、ブロッコリー、
こまつな、ほうれんそう、
はくさい、ごぼう、しゅんぎく、にら、
しいたけ
さば、いわし、



免疫力を高めるおすすめ食材

2月は1年の中でも気温が低く、体調を崩しやすい時期です。
病気への抵抗力をつけるためにも、毎日の食事をしっかりとるように心がけましょう。

免疫細胞をつくるもとになるのは、たんぱく質です。

毎日の食事には、たんぱく質を多く含む食品（魚・肉・大豆製品など）をバランスよく選びましょう。

また、野菜や果物からのビタミン摂取も大切です。

1日1個みかんを食べることで、手軽にビタミンCをとることができます。

★納豆などの発酵食品：腸内環境を整える。

★こまつな・ほうれん草：ビタミンA・C・Eを多く含み、抗酸化力が高い。

★だいこん：胃の消化を助け、腸の動きを整える。



町田市の子育てひろば情報は、まちだ子育てサイトでご覧いただけます！

町田市公式ホームページ まちだ子育てサイト



町田市の子育てや
イベントに関する情報を
掲載しています
最新の情報はこちらで
ご確認ください



まちだ子育てサイトホームページへ

町田市メール配信サービス こども・子育て情報



毎月25日に
メールやLINEで
子育てひろば情報の
お知らせが届きます



こちらから登録できます

まちだ子育てサイト Netで子育てちょこっと動画



これからパパ・ママになる方や、
乳幼児の親子向けに
子どもとの生活の準備や
成長に大切な関わり方の
動画を配信しています



Netで子育てちょこっと動画ページ

このカレンダーは町田市子ども生活部子育て推進課が発行しております

電話 042-724-4468(直通) Fax 050-3101-9459

「この冊子は、2262部(5地域分)作成し、1部あたりの単価は76円です(職員人件費を含みます)」