

# こあらっこ・センターだより

2026年4月発行

担当：小室香・後藤有紀・福田潔子

直通 TEL 047-373-1408

市川市国府台2-9-13（国府台保育園内）

国府台保育園 TEL 047-372-3740

## LINE

毎月の予定表  
急なお知らせ  
などをLINEにて  
配信します



@123dszkg

## こあらっこ・こどもセンター

## HP



4月から新年度が始まりました。里見公園をお散歩するのも気持ちのいい季節になりました。これからバラや藤など様々なお花も咲き始めます。お散歩がてら、ぜひ遊びに来てください。保育園に併設されている子育て支援センターなので、保育士、栄養士、看護師の専門職が皆さんの育児の安心をお手伝いをさせていただきます。他にも自由に親子で遊べるオープンスペースや、親子で楽しめる企画、育児講座等、盛りだくさんご用意しています。お昼の時間にはお弁当を持って来て、みんなで一緒に食べましょう。週1日、不定期ですが、親子で保育園の給食試食も出来ます。

（中期、後期食、乳児食、大人は幼児食の大人の量です）

妊婦さんもお腹の赤ちゃんと一緒に遊びに来てください。月1回ですが土曜日も開所しています。お待ちしております♡

## こあらっこマミーの活動紹介 （保育ボランティアサークル）

保育ボランティアさんによる2時間の預かり保育。ママは自由な2時間をありがとう。子どもたちはお友達とマミーさんとあそべてありがとう。マミーさんは可愛い子どもたちとあそべてありがとう。……というステキな活動です♡

子どもと離れて少しリフレッシュしませんか？ 初回は親御さんと一緒に参加していただき、どのように過ごしているかを見ていただきます。2回目からお子さんをお預かりします。

慣れるまで、ママとバイバイする時、寂しくなり泣いてしまいますが、マミーさんが1対1で丁寧に預かりしますので、安心してご利用ください。この2時間は、ママのリフレッシュだけではなく、子どもたちもママのいない所で、お友達やマミーさんと遊びながら、いろんな経験をすることができますよ。初めの一步です♡

こあらっこセンター 毎月第1木曜日 時間：9：50～11：50

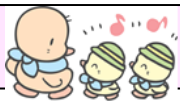
対象：1歳3ヶ月～

市川公民館 毎月第2・第4火曜日 時間：9：30～11：30

対象：1歳6ヶ月～

問い合わせ・申し込み  
（平日9時～16時半）

こあらっこ・こどもセンター 047-373-1408



# 2026年5月～9月の活動予定

## オープンスペース

親子で安心して遊べる場所です。お友達作りや情報交換をしましょう

AM 9:30～11:30 対象：妊婦さんと0歳～就学前

PM 12:30～14:30 妊婦さんと1ヶ月～1歳ぐらいの赤ちゃん

★11:30～12:30 お弁当を持って来て親子で食事ができます。



## HAPPYマタニティ

妊婦さんと0歳の赤ちゃんの活動です。先輩ママから出産や育児の話を聞けます  
産まれてからの生活をママとパパでイメージして、赤ちゃんを迎える準備をしましょう

5/14・21(木) 16(土)「足浴リンパマッサージ」

6/11・18(木)「マタニティヨガ」 6(土)「沐浴体験・ハンドマッサージ」

7/9・16(木) 11(土)「保育園入園について・おもちゃ制作」

8/20(木)「赤ちゃんといれあい遊び」 22(土)「妊婦さんと先輩ママの交流会」

9/10・17「マタニティヨガ」 12(土)沐浴体験・ハンドマッサージ」

\*沐浴体験は、随時行っていますので電話で申し込んでください



## 育児講座

- アロマ講座 5/11 アロマトリートメント  
6/8 アロマで虫よけジェル 7/13 アロマトリートメント  
9/14 アロマ香る鍋敷き作り  
アロマの香りに癒されて、リフレッシュしましょう

- 防災ミニ講座 6/1 (13:00～) 9/7 (10:00～)  
身につけたい防災習慣・「モノの備え」の前に、何を備える?・自宅内の備蓄収納のコツ

- ハートフルセッション 5/19 6/16 7/21 8/18 9/29 (13:00～)  
5/8 6/2 7/7 8/4 9/15 (10:00～)  
子どもの幸せな自立に向けて、親の役割、関わり方についてお話ししましょう

- 子育てに活かすアーユルベータ 7/6  
子どもと自分の特性を知ると、子どもとの関わり方が分かってきます



- 薬剤師による講座 5/21  
夏はあせもや紫外線対策、冬は乾燥対策・軟膏の選び方なども教えてもらえます

## あそび箱

5月は、公園にバラを見に行きましょう。  
6月からは中庭で、水遊びを楽しみましょう

5/20 里見公園探索

6/17 水遊び(中庭)

7/15 水遊び(中庭)

8/19 水遊び(中庭)

9/16 水遊び(中庭)



## お楽しみ会

開催場所：こあらっこ・こどもセンター

5/28 8/27

対象：1～11ヶ月「ベビーマッサージ  
プチレッスン・おもちゃ制作」

6/25 9/24

対象：1歳以上「えいごで遊ぼう・制作」

7/23 対象：0・1歳「てのひらアート」