

困ったときはお気軽にご相談ください

妊娠から出産、子育てに関する悩みから子ども自身の悩みまで、子育て世代のさまざまな相談を受け付けています。



妊娠・出産・子育て全般

アビクオーレ2階に新しく開設された「子ども家庭センター」では、各事業の受付や総合的な相談窓口があります。また、「我孫子駅前妊娠・育児相談窓口」と「子育て支援センターにここにご広場」が併設されており、相談内容に合わせて専門機関をご紹介します。悩んだときはお気軽に電話または窓口までお越しください。

名称	内容	問い合わせ先・受付日時	所在地
子ども家庭センターかるがも我孫子駅前相談窓口 (令和8年4月開設)	子育て中の保護者および子ども自身からの相談も幅広く相談できます。	04-7185-1123 月～金曜日(祝・年末年始除く) 10時～17時	
我孫子駅前妊娠・育児相談窓口 (子ども家庭センター併設) P29	母子健康手帳の交付や保健師との面談などを行っています。妊娠期からの相談に対応し切れ目のない支援を行います。	04-7185-1126(健康づくり支援課) 月～金曜日(祝・年末年始除く) 10時～17時	本町3-2-1 アビクオーレ2階 (イトーヨーカドー我孫子南口店)
地域子育て相談機関にここにご広場 P12	妊娠期、子育て世帯の方の地域の身近な相談窓口として、子育ての悩みや疑問に対応します。支援制度や手当等の情報提供を行い、必要に応じて専門機関と連携します。子ども自身も相談できます。	04-7185-8882 月～金曜日(祝・年末年始除く) 10時～17時	
地域子育て相談機関寿保育園 P43		04-7182-9552 月～金曜日(祝・年末年始除く) 9時30分～15時	寿1-13-11
地域子育て相談機関湖北台保育園 P43		04-7188-2405 月～金曜日(祝・年末年始除く) 9時30分～15時	湖北台3-1-15
地域子育て相談機関つくし野保育園 P43		04-7184-8822 月～金曜日(祝・年末年始除く) 9時30分～15時	つくし野4-17-2

NEWS

令和8年4月開設

子ども家庭センター かるがも

子ども家庭センターとは、今までは別の機関だった「母子保健」と「児童福祉」が一体になった施設で、妊娠期から子どもが成長するまで切れ目なく支援をしていきます。妊娠・出産に関する各種相談や、支援サービスの案内および提供を行っています。

ストレス解消&リフレッシュ方法

子どもと真剣に向き合っているからこそ、初めての育児に不安になったり、疲れを溜めたまま頑張っていないですか？

好きな音楽に浸り、大声で歌う！

(子どもと一緒に童謡でも可)
外出が難しいときの一番のストレス発散法です。



近くの子育て支援センターに行く

同じ境遇の子育てママや保育士さんと話すとか心が軽くなります。



困ったときのダイヤルガイド

子育てがんばりすぎていませんか？子育てに関する悩みはありませんか？
1人で解決できないことも、2人なら、みんなでなら、解決できるかもしれません。
地域には、相談できる人や場所があります。



名称	内容	問い合わせ先・受付日時
子ども・子育て相談窓口 (公式LINE)	「電話じゃちょっと…」 「こんなこと相談していいのかな？」ということも、LINEから相談ができます。	我孫子市公式LINE▶ 24時間受付 (回答は原則翌開庁日)
子ども家庭センターかかろも (市役所西別館1階)	子育て中の保護者および子ども自身からの相談も幅広く相談できます。 ※電話相談やご自宅等への出張相談も承ります。	04-7185-1123
保健センター (健康づくり支援課) P29	主に乳幼児の健康、授乳や離乳食、歯や体の成長についての相談ができます。	04-7185-1126
子ども発達センター P49	就学前のこどもの成長について気になる点や心配ごとを相談できます。	04-7187-4640
千葉県柏児童相談所	18歳未満の子ども自身の悩みや気になること。またその保護者からの相談を受け付けます。	04-7131-7175
児童相談所虐待対応ダイヤル	これって虐待かも？子どもに手をあげてしまう…など、虐待に関する相談の総合窓口です。	189(いちばやく) 24時間受付
児童相談所 相談専用ダイヤル	虐待の相談、不登校、いじめなど学校の悩みなど、主に子ども自身が相談できる窓口です。	0120-189-783(無料)
子育てコンシェルジュ (保育課) (子育て支援センター・ 地域子育て相談機関)	保育園などの保育サービスの利用や制度についての情報提供や相談を行っています。	(保育課) 04-7185-1490 (子育て支援センター・地域子育て相談機関) 04-7185-1915
各保育園(P43~45)	子育てに関する相談のほか、保育園の利用方法などの相談もできます。	



楽しいイベントを 計画する！

心待ちにできる何かがあると頑張れます。



ひとり時間に没頭する

自分でコントロールできることがある、というメッセージは不安や緊張の緩和に繋がります。



デリバリーや外食など、 家事をしない日を 作ってゆっくり過ごす

家事をしない日を作ってゆっくり過ごすと、頑張っているから手を抜いてもいいんです！



外遊びを極めるアソビこ!



我孫子市の公園面積は、東京23区と比べて約4倍の広さ!子育てに大切な、緑豊かな遊び環境がいっぱいです。

おすすめ年齢!

凡例



赤ちゃん 幼児 小学生

手賀沼公園

木製遊具や大きな砂場があり、はやぶさなどのミニ鉄道に乗って遊べます。

ミニ鉄道の運行スケジュールや詳しい内容はこちらから▶



設備 オムツ交換台、水飲み場、駐車場(有料)



電車に乗れてうれしいね



手賀沼カヌークラブ

手賀沼でカヌーを体験できます。2人乗りなら親子で楽しめます。

パパと息を合わせまっごう



ふれあいキャンプ場

緑豊かな五本松公園に隣接した手賀沼を望む高台にあり、テントサイト、多目的広場、ファイヤーサークル等が完備されています。

設備 炊事棟、駐車場(無料)



広告

施設利用料のみで

お風呂 プール

トレーニングジム

全て利用できてとってもオトク!

印西市・白井市・栄町に在住、在勤、在学の方		その他の地域に在住の方		各種プールスタジオ教室開催中!
大人	高校生以下	大人	高校生以下	
420円	210円	520円	260円	

小学校就学前の幼児は無料

3才未満のお子様はベビースタイル利用(200円)で水遊び用オムツパップンサーブिसでフルのご利用ができます!

印西温水センター

印西地区環境整備事業組合
 温水センター

☎0476-47-1661

〒270-1352 印西市大塚1丁目3番地
<https://inzai.pool.jp/>

トレーニングルーム

お風呂

子育てに適した我孫子市の **ココがすごい!**



千葉県内人口10万人以上の17自治体の中で最も犯罪が少ない。



都内・県内などから移住者が増加中。活気あふれる街です。



住民1人あたりの都市公園面積が近隣都市部に比べて2~4倍。

【参考資料】住み替えあびこナビ2026

高野山桃山公園



眺望を楽しむ高台・広い緑地・ビオトープがある公園。ビオトープでは水辺の生き物観察を楽しめます。

設備 オムツ交換台、水飲み場、駐車場(無料)



高台から手賀沼が見えるよ！
犬もいぬ



ザリガニやトンボがいるよ

出張広場

「るんるんパーク」



子育て支援センターのスタッフが公園に出向き、体操や親子遊び、絵本の読み聞かせなどを行なっています。手賀沼公園で活動しています。

開催場所と日程はこちらから▶



かかし作り・かかし祭り



生態系保全型の冬田んぼで、お米を守るかかしを作ります。

また、かかしコンテストや生き物観察などもあり盛り上がります。



あびこの子育て

室内遊びを楽しむアソビこ!



雨の日もへっちゃら!0歳から利用できる、室内遊び場やイベントがたくさんあります。室内遊具や知育おもちゃがいっぱいです。



対象年齢

凡例



赤ちゃん



幼児



小学生

あそびこで楽しむ

ここここハウス・すまいるハウス

みなさんの街に広場がやってきます!!親子遊びや絵本の読み聞かせ・親子の交流などを楽しめます。子育ての相談も気軽にできます。詳しくは市のHPをご覧ください。▶



図書館

読み聞かせを楽しもう



マイ保育園ひろば

保育園の行事に参加したり、保育士や栄養士に子育て相談をしたりできます。保育園でいっしょに楽しく遊びましょう(詳しくはP14)。



グッド・トイ

おもちゃの専門家が厳選したおもちゃで遊べます。根戸近隣センターで実施しています(詳しくはP15)。



図書館の職員が選んだおすすめのお絵本を楽しく読み聞かせします。お子さんにどんな本を選んだらいいのか悩んだ時はご相談ください。図書館についてはP16へ。

子育てイベントレポート

子育て支援センターで実施している楽しい活動や行事、施設の様子をブログで紹介しています。



子育てイベントカレンダー

子育て関連の催し物等を開催日ごとにご案内しています。





子育て支援センターに行ってみよう



子育て支援センターとは？

妊婦さんや子育て中の親子が遊びながら交流ができる施設で市内に4か所あります。

保護者と子どもが安心して遊べる場

お友達の輪も広がる場



子育て、子育ての楽しさを発見できる場

子育ての悩みや不安を相談できる場

こんなことやっています



- ★ 親子同士の交流会
- ★ 子育て相談
- ★ 親子イベントや講座
- ★ 制度や施設の紹介
- ★ 出張広場
- ★ 出張相談 など

心理士すすく子育て相談

心理相談員が各子育て支援センターに出向き相談会を行っています。

子育てコンシェルジュによる相談

保育施設や制度の案内や紹介をしています。



みんなで楽しく遊んでいます



すまいる広場
(すまいる親子講座)



ここに広場
(赤ちゃんのフロア)



ぐるんぱクラブ
(工作)



開催日や参加方法は子育て支援センターだよりから

毎月の行事の開催日などをそれぞれの施設だよりで発信しています。イベントや交流会の予定は、市HPで確認できます。



かわむらんど
(おたのしみタイム)



広告



あびこで子育て応援フェスタ



知事許可 43904号・健康豊店会 13003号 我孫子市新木3068

豊 根本タタミ店
<https://www.nemototatamiten.com>

のことなら創業140余年の地元安心豊専門店
国土交通大臣認定施工管理技士／厚生労働大臣認定一級豊技能士

肌の敏感な方や小さなお子様がいるご家庭には特におすすめです。

☎04-7188-0121

我孫子市子育て支援センター

📍 本町3-2-1 我孫子駅南口アビクオーレ2階
☎️ 04-7185-8882



にこにこ広場

🕒 時間 月～土曜日 10時～16時30分

市内でもっとも広い施設で、室内すべり台や大きなおもちゃも充実しています。商業施設内にあるので、お買い物ついでにも立ち寄ってみてください。



短時間託児 スマイル・ママ

通院やリフレッシュなど、どんな理由でも利用できます。
※詳しくはP38。



地域子育て相談機関(併設)

妊娠期、子育て世帯の方、子ども自身も相談できます。子育てコンシェルジュが保育施設の利用や制度について相談、案内を行います。

☎️ 04-7185-1915 🕒 時間 10時～17時



あひるの広場

湖北台保育園子育て支援センター

📍 湖北台3-1-15 湖北台保育園内
☎️ 04-7185-2196



すまいる広場

🕒 時間 月～土曜日 9時30分～16時

保育園の中にあるので、園庭で遊んだり給食を試食したりと保育園ならではの体験ができるのが魅力。年齢に合わせた遊びができます。

すまいる親子講座

工作や手遊びなどのイベントや講習会を行っています。



赤ちゃんのコロア(水曜日)

ハイハイまでの赤ちゃんが利用できます。体重測定ができます。



栄養士による食事のおはなし会

離乳食や子どもの食事について話します。個別相談もできます。



「そろって本当？」 子育ての疑問 Q & A

Q 利き手は直した方がいい？

A 使いやすい手を使わせてあげて！

以前は様々な物が右手用に作られていたため、右手への矯正が一般的でしたが、最近では左手用の製品も充実しており、不便も無くなってきています。無理な矯正は子どもの負担となるため、使いやすい手を使わせてあげてください。



川村学園女子大学附属保育園
子育て支援センター

📍 下ヶ戸997-2 川村学園女子大学附属保育園内
☎ 04-7183-5995



かむむらんど

🕒 時間 月～金曜日 10時～16時
土曜日(不定期) 10時～12時

保育園の園庭やプールで遊べます。夏の水遊びは大人気。室内には家庭でも作ってみたいと思える手作りおもちゃが充実しています。

おひさまタイム

親子同士の交流の場。ふたごちゃんみつごちゃんの保護者、子どもの発育等で気になる保護者、多国籍の方が集まります。

ハイハイまでの赤ちゃんの日

ハイハイの赤ちゃん専用の時間なので安心してゆっくり遊べます。



ふあみりー講座らぶりのでー

体遊びや工作など親子イベントを行っています。



布佐宝保育園子育て支援センター

📍 布佐2318 布佐宝保育園併設
☎ 04-7189-2799



ぐるんぱクラブ

🕒 時間 火・水・金曜日 9時30分～15時
※イベントは予約制

いつ来てもホットとできる温かい雰囲気の魅力です。スタッフといっしょに泣いて笑って元気になって帰ってくださいね。

ママのための骨盤体操

骨盤をほぐして整えましょう。マタニティ体操もやっています。

食のおはなし会

保育園の栄養士による離乳食のお話などを行っています。



その他、同じような月齢の子ども達でいっしょに遊ぶイベントもあります。



『そろって本当?』 子育ての疑問 Q & A

Q おむつは早めにはずした方がいい?

A こどもの様子を見ながら、あせらずに

脳とからだの発達が進むと自然とはずれていきます。大人の都合を押しつせず、こどもの様子を見ながら、あせらずに進めましょう。



保育園・幼稚園で遊ぼう

④ 保育課 入園・認定係 ☎04-7185-1490



園庭開放

お友達が欲しい!園庭でおもいっきり身体を動かして遊ばせたい!子育てに不安や悩みがある...そんな時は園に遊びにきてみませんか?園庭を開放しています。保育士や栄養士、看護師に相談できる園もあります。



マイ保育園ひろば

身近な保育施設を「マイ保育園登録「かかりつけ園」として登録することで子育ての相談や支援等を受けることができます。

園児との交流や季節の行事への参加、子育ての相談を気軽に聞いたり話したりできます。



幼稚園の未就園児保育・園庭開放

④ 保育課 入園・認定係 ☎04-7185-1490



親子同士が交流でき、地域のお友達づくりの場として「未就園児保育」や「親子教室」、「園庭開放」、「子育て相談」など地域の子育て支援を行っています。たくさんのお友達や先生と一緒に遊ぶなかで、集団生活の第一歩になったり、幼稚園の様子を知ったりすることができます。



子どものおでかけ、赤ちゃんとの外出時に役立つ持ち物やグッズ

赤ちゃんとお出かけの際に必要な持ち物をリストアップしてみました。

必要最低限のものを紹介しましたがそれでも大荷物ですね。一人の時や大人だけの外出と違って、赤ちゃんのお出かけはいろいろ準備が必要です。



- ・オムツポーチ(紙おむつ・おしり拭き)
- ・ビニール袋
- ・タオル
- ・着替え
- ・ミルクセット(哺乳びん・粉ミルクなど)
- ・授乳ケープ
- ・母子手帳
- ・お気に入りのおもちゃ

公民館ののびのび学級に行ってみよう

生涯学習課 公民館係 ☎04-7182-0622

公民館で月齢に合わせたイベントやワークショップを行っています。日程や内容については市ホームページで発信しています。参加するには、ちば電子申請サービスよりお申込みください。

Babyののびのび親子学級

生後1～5か月
くらいの赤ちゃん
と保護者のための
学級です。同じ時期
に生まれた赤ちゃん
を持つ保護者同士が、
子育てのことや産後の
心や体などについて
安心して語り合い
共に楽しめる学び
の場です。



詳しくはこちら▶



のびのび親子学級

2、3歳の子
どもと保護者の
ための学級で
す。同世代のお
友達とたくさん
遊んでたくさん
学ぼう!運動
会・親子ダンス・
リトミックなど
なかなかできない
体験が待っています。



詳しくはこちら▶



グッド・トイで遊ぼう!おもちゃの広場

市民協働推進課地域コミュニティ推進係 ☎04-7185-1111(内線214)

元保育士のおもちゃコンサルタントと、東京おもちゃ美術館が推薦するグッド・トイ、木のおもちゃ、めずらしいおもちゃで遊ぶことができます。参加するには、市公式LINEからお申込みください。

開催場所 我孫子市根戸近隣センター



季節によってあると便利な持ち物

暑い時期

- ・保冷剤や保冷シート
- ・うちわや扇子
- ・日よけの帽子
- ・日焼け止め

寒い時期

- ・フリースやブランケット
- ・レッグウォーマー
- ・防寒用の帽子

赤ちゃんはまだ自分で温度調節が出来ないので、ママが気を付ける必要があります。お出かけの時は暑さ対策や寒さ対策をしっかり準備してくださいね。



※月齢によっては他に離乳食・おやつ、食食用グッズが必要になります。

図書館に行ってみよう

◎ 我孫子市民図書館 アピスタ本館 ☎04-7184-1110

すぐれた絵本やお話を用意しています。本の世界でのさまざまな体験は子どもたちの豊かな心を育てましょう。

図書館のご案内

アピスタ本館 若松26の4(アピスタ内) ☎04-7184-1110

布佐分館 新々田109の1 ☎04-7189-1311



親子で楽しむおはなし会

0～3歳

(乳幼児と保護者対象)
絵本の読み聞かせと手遊び

開催場所

アピスタ本館

毎月第2木曜日

10時20分～10時40分

10時50分～11時10分

※2回とも同じ内容(予約制)

布佐分館

毎月第2木曜日

10時40分～11時(予約不要)



おはなし会

4～9歳

絵本の読み聞かせと素話
(※素話…昔話などの語り)

開催場所

アピスタ本館

毎月第4土曜日

15時～15時30分(予約不要)

布佐分館

毎月第1、第4日曜日

11時～11時30分(予約不要)



そよがぜおはなしタイム

絵本の読み聞かせ

開催場所

移動図書館川村保育園ステーション
(川村学園女子大学附属保育園)



移動図書館そよがぜ号
「うなぎちゃん」のイラストが目印です。巡回場所や日程は各図書館にお尋ねください。

広報あびこ、
図書館HPを
ご覧ください。
(予約不要)



「三三移動図書館めるへん号」

我孫子市内の各種施設等から依頼を受けて、出動します。
積載されている約500冊の中から、お手に取って選んでいただけます。
運行には、事前の申し込みが必要です。

申込方法

運行希望日の3カ月前から1カ月前に電話(午前9時30分から午後5時)
(図書館アピスタ本館:04-7184-1110めるへん号担当まで)



子育てサークルに参加してみよう

📍 保育課 子育て支援センター ☎04-7185-1915

親子で遊んだり、仲間と子育ての悩みなどを話し合ったりして、親も子もリフレッシュしませんか。子育て中の皆さんが参加・利用できる活動を紹介します。サークルにはさまざまな集まりの形があります。気軽にご参加ください。

社会福祉協議会・まちづくり協議会の子育てサロン



イベント参加型サークルです。非会員制の参加型サロンです。1回ごとの参加が可能です。

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
とおんきごう	我孫子南地区 社会福祉協議会 7185-5117	我孫子南近隣センター 毎月第4木曜日 10時30分～11時30分	リズム遊びや、読み聞かせ、ゲーム等の遊びをしながら、子ども同士のふれあいや、親同士の情報交換の場作り。
どんぐりランド	我孫子南 まちづくり協議会 7181-1011	我孫子南近隣センター 毎月第3木曜日 10時～11時30分	幼児親子の体験と友達づくり。 おもちゃのある遊び場。歌、知育遊び、読み聞かせなど。劇をすることもあります。
子育てサロン「わ」	我孫子北地区 社会福祉協議会 7165-3434	我孫子北近隣センター 並木本館 毎月第3火曜日 10時～11時30分	子育て中の保護者・幼児が、みんなの「和」・「輪」・「笑い」の中で、ゆったり・楽しく過ごす場。自己紹介、手遊び、月替わり企画・おもちゃ遊び・お誕生日おめでとう。
グッド・トイで遊ぼう！おもちゃの広場	市民協働推進課 7185-1111 (214)	根戸近隣センター 和室 毎月第4水曜日 10時から11時30分	元保育士のおもちゃコンサルタントがグッド・トイを通じて、お子さんと保護者の居場所づくりをします。
のびっこクラブ	天王台地区 社会福祉協議会 7183-9009	近隣センターこもれび 毎月第3木曜日 10時～11時30分	季節ごとの行事を取り入れて、自由遊び、手遊び、親子体操、紙芝居など。親同士、子ども達の交流の場。
おはなし会チームこもれび*おはなし会	こもれびまちづくり協議会 7165-2011	近隣センターこもれび 1階(幼児コーナー)毎月第3火曜日11時～11時半 2階(読書コーナー)毎月第4土曜日14時半～15時	火曜日は、おもちゃのある部屋で、手遊び歌・絵本の読み聞かせを行います。親子で楽しく過ごし、友達作りも。 土曜日は、3歳から大人まで楽しめる絵本の読み聞かせを行います。
おやっこルーム	湖北・新木地区 社会福祉協議会 7187-2551	新木近隣センター 第2木曜日 10時～11時30分	子育て中のママ達の出会いの場。楽しくおしゃべりしたり、お子さんはおもちゃや手遊びをして、季節を感じながら親子で遊べる場を作っています。
ごっこひろば	民生委員児童委員協議会児童部会 7184-1539	アピスタ 年6回日曜日 10時～11時30分	さまざまなおもちゃでの遊び、読み聞かせ等を楽しみながら、親同士、子ども同士が交流。地域の話や育児相談もお気軽にどうぞ。



子育てサークル・市民団体 自由参加型サークル

1回ごとの参加が可能です。

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
英語絵本の会 [Merry CATs]	柳澤 朗子 090- 2723-5661	天王台北近隣センター:和室 月1回月曜日 10時~11時	英語の絵本の読み聞かせ、英語の歌や手遊びを通じて、英語に親しんでもらう。
我孫子 おもちゃ図書館 [かっぱの家]	池上 和子 04-7182-7413	こども発達センター	ハンディキャップのある子、ない子のふれあいの場の提供をしています。おもちゃの貸し出し製作修理受付もしています。
NPO こどもすぺーす柏	高橋 久枝 080- 3738-8451	アミュゼ柏、パレット柏 他	子ども達に生の舞台鑑賞の機会と、異年齢での遊びを提供。親子・家族で感動や楽しさを共有することは、子どもの心を育み、目には見えない財産となります。会員になって活動することもできます。
スマイル・ママ	深津 祥子 090- 5315-6580	にこにこ広場 毎月第4月曜日 10時~12時30分・ 13時~15時30分	ママが笑顔になれるよう、子育て支援の一環として短時間保育をする。
あびこママ体操	abikomama taisou@ yahoo.co.jp	天王台北近隣センター、 こもれび	ママのリフレッシュ、友達作り、そして健康増進(腰痛・肩こり・ひざ痛などの予防解消)
ママパパ BOUSAIライフ	kashiwa. bousai.life@ gmail.com	当面の間、オンライン開催	台風や大雨、地震災害等から命を守る・つなぐため「日常生活にちよこっと防災」をコンセプトに、子育て世帯や子育てを応援する方が互いにつながり、共に考えで行動していくことを目的とする。

子育てサークル・市民団体 仲間作り・会員制サークル

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
(社)ガールスカウト 千葉県第45団	松尾 奈緒美 090- 2748-1179	市内公共施設(アビスタ、近隣センター他) 土曜日・日曜日(月2・3回)	「自己開発、人との交わり、自然とともに」の3つを柱とします。いろいろな活動を通して、たくさんの方を感じ、考え、学び、ひとりひとりの力をつけていくことを目指しています。子ども達は3歳ごとの異年齢の部門で活動します。保護者も交流を持つことができます。
青空共同保育 [どんぐり]	嶋谷 佳苗 090- 6032-0759 (高野)	あけぼの山公園とその周辺地域	「空の下はぜんぶ遊び場、学びの場」を合言葉に、探検や畑作業などを通して、自主的体験を大事に活動しています。季節ごとの行事など親子で楽しんでいます。

子育てサークル・市民団体 出前型お楽しみサークル

依頼を受けて出向き読み聞かせや、おはなし会などを披露します。

団体・サークル等名	問い合わせ先	活動場所・時間	活動目的や内容
おはなしさんぼみち	海老原 純子 04-7188-7419	依頼があった場所	絵本・紙芝居・素語り・パネルシアター・エプロンシアター・影絵・人形劇などの公演を行います。
保育園おはなし会	西村 篤子 090- 8103-4608	市内保育園毎月1回	子ども達に、絵本の読み聞かせや、素語りをする。
あびこ素語りの会	西村 篤子 090- 8103-4608	市内学童保育室・夏休み等	子ども達に、お話の楽しさを体験してもらう。

子ども食堂

子ども支援課 手当係 ☎04-7185-1111(内線849)



「子ども食堂」は、子どもがひとりでも入ることができる食堂で、近年、全国に広がってきた取り組みです。地域の住民や企業、団体等がボランティアで運営していて、我孫子市内に14ヵ所開設されています。誰でも無料で低額で食事をする事ができて、子どもだけでも、親子でも食事を楽しむことができます。

名前	場所	開催日時	参加費	連絡先
子ども食堂 どんぐり	我孫子市根戸357	毎週第3木曜日 16時30分～18時30分	1人100円 未就学児無料 高齢者、どなたでも歓迎	子ども食堂 どんぐり(望月まで) 電話:04-7182-0232
台田みんなの 食堂にじ	台田3の3の8 和聖アンデレ教会	毎月第1火曜日	中学生以下無料 大人350円	台田みんなの食堂にじ 電話:090-9374-4535
アビコキャリー (あびっ子カフェ)	我孫子1の11の3	16時～18時 火・水を除く	15歳以下の 子ども無料	アビコキャリー 電話:04-7165-4444
あびこ 子ども食堂	けやきプラザ11階 手賀沼のうなぎさん家 我孫子市本町3の1の2	毎月第4水曜日 15時～18時30分	1人100円	Abiko community Trunk 電話:090-2326-4510(西廣まで) abiko.act@gmail.com
みんなの居場所・ かぜ食堂	つくし野郵便局2階Cafe 風 我孫子市つくし野3の22の 2の201	毎月第4土曜日 11時～12時30分	子ども(高校生以下) 200円 大人400円	Cafe風 電話:04-7199-7355 13時～17時30分
子ども食堂 わごころ	我孫子市柴崎台2の8の10 坂入ビル1階	休止中		コミュニティカフェ わごころ 電話:04-7181-0556 wagokoro2010@yahoo.co.jp
蔵食堂	我孫子市柴崎1123	毎月第3金曜日 17時～19時	無料	て・と・り・あ 電話:04-7185-5233
アビコキャリー (出張あびっ子 カフェ)	柴崎台2の14 柴崎台中央公園	毎週火曜日16時～ 無くなり次第終了	15歳以下の 子ども無料	アビコキャリー 電話:04-7165-4444
一粒の麦	我孫子市都部83の1	毎月第3金曜日 17時～19時	大人・子ども 1食250円 お弁当	一粒の麦(木田まで) 電話:090-2747-6432 an.kidayo@gmail.com
パークサイド 食堂マナ	我孫子市湖北台4の7の23 パークサイドチャペル	毎月第3土曜日 12時～14時	幼児～高校生、 75歳～は無料 他300円	パークサイド食堂マナ(北島まで) 電話:090-5532-9405
こども しょくどうネコ	湖北台8の14の20	毎月第1土曜日 正午～14時	高校生以下と 75歳以上無料 他300円	て・と・り・あ 電話:04-7185-5233
こほく 子ども食堂	けやき社会センター 我孫子市都部新田37の2	毎月第4金曜日 17時30分～19時	1世帯400円	けやき社会センター 電話:04-7187-1944 kohoku.kodomo@gmail.com
ふさ子ども食堂	布佐南近隣センター 布佐平和台4の1の30	毎月第2水曜日 17時～19時30分	子ども(中学生まで) 無料 大人300円	ふさ子ども食堂 電話:090-1451-3365 (武者小路まで)
わいわい食堂	湖北台近隣センター 湖北台8の2の1	毎月第4土曜日(会場 都合で変更の可能性 あり、要問合せ) 12時30分から16時	子ども(大学院生ま で)、障害をお持ちの方 無料 大人300円	わいわい食堂(桶まで) 070-5585-1611

実施状況につきましては、各子ども食堂にお問い合わせください。

施設イラストマップ 西部



子どもと遊ぼう

床に仰向けに寝かせ、両足を持って、前後に行ったり来たり。最初のうちは、子どもの膝を曲げて押しますが、しだいに自分でつばろうとします。慣れたら左右にゆさぶりながら遊びます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



あびこの子育て

子どもと遊ぼう



子どもをおなかにまたがせ、仰向けに寝ます。膝を立てておなかの力を使い起き上がり、**おでことおでこでごっこ**。親の腹筋の運動にもなります。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



子どもと遊ぼう

パパ！
出番ですよ

1 歳頃

ひっぱりっこ

赤ちゃんを仰向けに寝かせ、棒状にしたタオルを子どもが手を伸ばして、**つかもう**とするまで待ちます。タオルの端をつかんだら、少し引っ張ってみます。手を離してしまったら、もう一度チャレンジ。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

施設イラストマップ 東部



あひこの子育て

子どもと遊ぼう



バスタオルを2回ほど結び、タオルのボールを作ります。お座りしている子どもの胸あたりに投げて、キャッチさせます。子どもにタオルボールを**抱っこ**させ、「つかむ」感覚を覚えさせましょう。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」