

カフェで気軽にリラックス！

※事前申込制

# 練馬こどもカフェ

## 1月の開催予定



©2011練馬区ねり丸

おおむね  
2歳向け

**11日（木）** 午前10時～11時 @タリーズコーヒー大泉学園店  
(OZスタジオ)

### 「マラカスを作ろう!!」

紙コップやペットボトルの中にお米やビーズを入れ、周りは可愛らしくデコレーションして、自分だけのオリジナルマラカスを作りませんか！

(完成した玩具はお持ち帰りいただけます)

子育てに関するお悩みや心配事など、みなさんで気軽にお話ししましょう。

 講師： にじいろ保育園東大泉 保育士

**17日（水）** 午前10時～11時 @カフェココ（練馬春日町）

0～1歳向け

### 「★親子でふれあいあそび&おしゃべりしたいむ★」

親子でふれあいながら一緒に楽しめる「わらべうた」や「ふれあいあそび」「エプロンシアター」や「てぶくろシアター」をご紹介します。

お子さんのかわいいエピソードやちょっと話してみたいこと、周りのみんなはどうしているの？などみなさんで楽しくおしゃべりしましょう♪

 講師： 春日町第三保育園 保育士

**19日（金）** 午前10時～11時 @ママコモハウス（江古田）

0～1歳向け

### 「こんなときどうする？！ お子さんの事故予防・対処法について」

お子さんの誤嚥・誤飲などの事故予防や、受診の目安、対処方法について、保育園の看護師さんや先生がお話しします。

中毒110番や#7119もご紹介します。

後半は子育てに関するご質問にもお答えします！みんなで楽しくお話ししましょう♪

 講師： まちの保育園小竹向原 看護師・保育士

23日（火） 午前10時～40分程度

@オンライン  
Zoomを利用します

1～2歳向け

## 「子どもの食のお悩み相談～保育園でよくある質問から～」

「おやつは何をあげたらいいの?」「甘いものはいつからあげていいの?」「偏食はどうしたらいい?」などのお悩みはありませんか? 年齢に合った食材選びや気をつけるポイントなどを栄養士がお答えします! みなさんでお悩みを共有しましょう。

※練馬区HP記載の「参加にあたっての注意事項」を必ずご確認ください。

 講師： 南大泉にじのいろ保育園 栄養士

24日（水） 午前10時～11時

@アイランドクローゼット  
（武蔵関）

0～1歳向け

## 「☆みんなで楽しくからだを動かして遊ぼう☆」

園でも実践している運動遊び（トンネルやジャングルジム遊び）をしてからだをたくさん動かして楽しく遊びましょう♪  
大型絵本の読み聞かせも行います。  
子育てのお悩みや心配事にもご相談にのります。保育園ってどんなところ?などみなさんで楽しくお話ししましょう!


 講師： ソラスト関町保育園 保育士

25日（木） 午前10時～11時 @タリーズコーヒー石神井公園店

0歳向け

## 「写真でわかりやすい! 離乳食の作り方」

離乳食の各ステップごとの大きさ・茹で方・調理法について、実際の写真を見ながらお話しします。帰宅してすぐに作れるレシピもお渡しします。「初めての離乳食でわからない!」「わからないところを何度でも聞きたい!」方大歓迎!! 簡単・時短テクニックで楽々頑張りたい方、やる気いっぱい頑張りしたい方、色々なパパ・ママの想いに合わせて愛情のこもった離乳食の作り方をお伝えします♪

 講師： 石神井町さくら保育園 栄養士・保育士

次ページへ→

26日（金） 午前10時～11時

@ホテルカデンツァ東京  
（光が丘）

1歳向け

## 「みんなで鬼になろう！」

もうすぐ節分！鬼の『つの』をクレヨンで色付けして作りましょう。出来上がったら鬼さんになってパシャリ♪ご家族ごとに節分photoを撮りましょう！

（制作した作品はお持ち帰りいただけます）

子育てのちょっとした相談事も気軽にみんなでお話ししましょう！



講師： 光が丘第六保育園 保育士

29日（月） 午前10時～11時 @タリーズコーヒー石神井公園店

おおむね  
1歳向け

## 「離乳食の進め方 ～レッツステップアップ！～」

「ステップアップのポイント」や「作り方のコツ」について、食材の切り方や大きさ、柔らかさなどをお伝えします。保育園で使用している食器やスプーンもご紹介！離乳食で困っていることや疑問などお話ししてみませんか？子育てのお悩みなどもお気軽にご相談ください。

手袋シアターや絵本なども一緒に楽しみましょう♪



講師： さんさん森の保育園石神井公園 栄養士・保育士

30日（火） 午前10時～11時

@タリーズコーヒー大泉学園店  
（OZスタジオ）

0歳向け

## 「初めてのよみきかせ」

0歳児なのに読み聞かせ??お話が分かるの??

もちろんです！

月齢や興味に合わせた絵本の選び方や読み方、ふれあい方などもお伝えします。

親子で読み聞かせの時間を楽しみましょう♪



講師： くりのみ保育園 保育士

31日（水）午前10時～11時

@アイランドクローゼット

（武蔵関）

1～2歳向け

## 「いろいろな音を楽しもう♪」

手作りの手袋シアターを楽しんだり、親子で手作りの楽器を演奏してみましよう！  
保育士による“ちょこっとコンサート”も開催します♪  
みんなでいろいろな音を楽しみましょう。



講師： にじいろ保育園上石神井 保育士

【事業内容等に関するお問い合わせ】

練馬区子ども施策企画課子ども施策担当係（平日8:30～17:15）

03-5984-1306