

2026
10月ぶらんこだより
世田谷区おでかけひろば
生活クラブ子育て広場ぶらんこ

【ひろば開室】
平日：10:00～15:00
土曜：月2回程度
【休み】
日曜日・祝日・年末年始

月	火	水	木	金	土	日
			1 UR 10:30 10月企画 予約開始	2	3 閉室	4 閉室
5 10:30 11月ほっとステイ 予約開始 11:00 赤ちゃんひろば ふれあい遊び	6 14:00 世田谷地域 子育て何でも 相談日	7	8 UR 10:30 10月企画 予約開始	9 スタッフ会議のため閉室	10 10:30 ガーデニング おやこ工作	11 閉室
12 スポーツの日 閉室	13	14	15 UR AM防災訓練	16	17 閉室	18 閉室
19 10:30 赤ちゃんひろば 理学療法士 10:30 おでかけぶらんこ 山下西公園	20	21 10:20 らっこ マッサージ	22 UR 10:30 こども天国 ※ひろばは 通常通り開室	23 10:30 離乳食講座	24 ①10:15 ②11:15 音楽ムーブメント 13:00 閉室	25 閉室
26	27	28 13:00 助産師相談	29 UR 10:30 こども天国 ※ひろばは 通常通り開室	30 14:00 赤ちゃんひろば ふれあい遊び	31 閉室	

※企画中も通常のひろばは開室しています

UR 出張ひろば:毎週木曜日
(@UR経堂赤堤通り団地)

土曜開室日:10/10・10/24
※10/24は13時閉室

要予約

10/1(木) 10:30受付開始

10/10(土)
10:30～
11:30

おやこ工作

ガーデニングで収穫したさつまいものツルを使って
リースづくりをします。
定員：6組
担当：世田谷bajicoポットラックガーデン
有瀬佳美さん

10/23(金)
10:30～
12:00

離乳食講座

テーマ：とりわけメニュー（ハロウィン）
メニュー：
講師：管理栄養士 國井柚香さん
定員：6組
対象：1才以上
参加費：300円 ※現金または子育て利用券
※試食あり（保護者向け）

10:00
受付開始

※管理栄養士に相談がある方は
予約なしで当日参加可能です！
(試食は予約者のみ)

10/19(月)
10:30～
12:00

赤ちゃんひろば 理学療法士さんと話そう

赤ちゃん一人ひとりの発達に寄り添いながら
成長を支援する方法を学びます。相談もできます。
対象：0～1歳末歩行のお子さんと保護者
※1歳以上で相談のある方はお声掛けください。
定員：6組
講師：理学療法士 上木原瞳さん

10/24(土)
①10:15～
②11:15～

音楽ムーブメント

親子で音楽に合わせて身体を使った遊びを楽しみます
水分補給できるものも忘れずに
親子とも動きやすい服装で来てください
講師：楠部さち子さん
(クリエイティブ音楽ムーブメントセラピスト)
飯澤美奈子
(ぶらんこスタッフ/保育士/クリエイティブ
音楽ムーブメントインストラクター)
対象：①1歳(歩ける)～3歳のお子さんと保護者
②0歳(首座り)～1歳のお子さんと保護者
参加費：500円 ※現金または子育て利用券
定員：各回8組
場所：生活クラブ館2階201会議室

10/21(水)
10:20～
11:40

らっこマッサージ

理学療法士による保護者向けマッサージ
★施術中のお子さんの見守りあり
時間：①10:20 ②10:40
③11:00 ④11:20
定員：各回1組 (初回の方優先)
参加費：500円 ※現金または子育て利用券
担当：理学療法士 瀧井仁子さん(女性)

10月から
水曜日に
なります

11/4(水)
①10:15～
②11:15～

みんなで話そう！

1歳からの食事とお金の話 未来の話
離乳食を終えたら、何をどれくらい食べたいの？
お金の管理どうしてる？
みんなで話してみませんか？
ぜひ、お気軽にご参加ください。
時間：①10:15～ ②11:15～
定員：各回8組
担当：東京第二友の会
会場：生活クラブ館201会議室

11月の
企画です

予約不要

10/5(月)
11:00～
30日(金)
14:00～

赤ちゃんひろば ふれあい遊びを楽しもう

ぶらんこのスタッフが季節の歌や遊び、絵本など
月齢にあわせて紹介します。同じく月齢の
お子さんを持つ親同士でおしゃべりしませんか。
対象：0～1歳末歩行のお子さんと保護者

10/10(土)
10:30～
11:30

ガーデニング

さつまいもの収穫と土壌改良をします。
対象：未就学児のお子さんと保護者・兄弟姉妹
持ち物：軍手、タオル、水筒、汚れても良い服装
担当：世田谷bajicoポットラックガーデン
石野夕華さん

10/28(水)
13:00～
14:30

助産師相談

骨盤ケアやベビーマッサージの資格を持った
助産師さんに、育児の様々な疑問やママ自身の
身体の悩みなど個別相談ができます。
担当：助産師 三島典子さん
(東京都助産師会せたがやめぐろ)

毎週木曜日
10:00～
15:00

今月のおでかけぶらんこ

UR 出張ひろば UR経堂赤堤通り

ぶらんこのスタッフが経堂赤堤通り団地に行きます
時間内は出入り自由です
のんびり遊んで楽しく交流しましょう
和室・・・のんびりゆったりおしゃべりできます
洋室・・・授乳や食事スペースとしてご利用できます
※おもむき替えは専用のスペースをお願いいたします。
場所：UR賃貸住宅経堂赤堤通り団地1階集会室
(世田谷区桜上水1-1) ※セブンイレブンの向かい

食事に関して
11:30～13:00に
洋室で食事ができます
電子レンジはありません
ゴミはお持ち帰り願います

	1日(木)	8日(木)	15日(木)	22日(木)	29日(木)
午前	のんびり遊ぼう	ウクレレで遊ぼう	ボディケア	足型をとろう	のんびり遊ぼう
午後	のんびり遊ぼう	北沢地域子育て 何でも相談日/ ウクレレサークル④	ボディケア	絵本を楽しもう	のんびり遊ぼう

※ウクレレサークルの募集は終了しています

要予約

※企画中でも通常のひろばは開室しています

8日(木)
10:30～
11:30

ウクレレで遊ぼう

童謡などお子さんと一緒に楽しめる歌を
ウクレレの演奏に合わせて歌ったり、簡単なコード
を覚えて演奏したりしませんか？
定員：4組
持ち物：ウクレレ
会場：洋室
※ウクレレの有無を予約サイトの備考欄に
ご記入ください。無い方は貸し出しあり。

15日(木)

ボディケア

おんぶや抱っこを毎日して肩こりや腰痛で
悩んでいるママ、マッサージで癒されませんか？
当日はマッサージ用のベッドを用意します。
施術中、お子さんはスタッフが見守ります。
時間：①10:30～ ②11:00～ ③11:30～
④13:00～ ⑤13:30～ ⑥14:00～
会場：洋室
定員：各回1組
参加費：500円 ※現金または子育て利用券
担当：セラピスト 原麻実さん(ぶらんこ利用者)

予約不要

29日(木)
10:30～
15:00

こども天国 @経堂コルティ

経堂地区の子育て支援団体が集まり、親子の遊び場を企画しました。
今回で9回目の開催です。ゲーム、ボッチャ、スタンプラリーや
手作りおもちゃなど親子で楽しめるコーナーが盛りだくさん。
子育てに関するお役立ち情報・相談コーナーもあります。
ぶらんこは「遊べるステージ」でパパママと演奏するよ！遊びに来てね！



ひろばのご利用について

- ・0～3歳児の親子・妊産婦とそのご家族
どなたでも無料でご利用になれます
- ・ひろばが開室している10:00～15:00の間は
出入り自由
(企画があっても自由に遊びに来ることができます)
- ・混雑時はお互い譲り合ってください
- ・紙おもむきとお弁当類などのゴミはお持ち帰り
願います
- ・感染症予防のため入退室時の手洗いのご協力
をお願いします

ひろば利用登録のご案内

初めてひろばを利用する方は
右記の二次元コードから
利用登録をお願いします

ひろば利用登録



14:00～ 15:00 子育て何でも相談日

世田谷地域の子育て支援コーディネーターさん
が来室します。妊婦さん、乳幼児さんのご家庭
のちょっとした困り事と一緒に考えます。

世田谷地域
10/6(火)

北沢地域
10/8(木)

ほっとステイ

日時：月～金 10:00～15:00
2時間～4時間
対象：生後6か月～未就園児(3歳児)までの
ひろば会員 (世田谷区民)
料金：利用者負担なし
※ご利用になる前にはひろばの利用登録および
登録面談が必要です(面談手数料500円)
11月分ほっとステイ利用及び登録面談
予約開始日 10/5(月)10:30～



毎日できること

- ・授乳・オムツ替え
- ・身長・体重測定(洋服着用のため目安測定)
- ・ひろば内で親子でお食事(11:30～13:00)
※電子レンジ、冷蔵庫、調乳コーナーあり
- ・ひろば内での素々(地下1階レストラン)の
食事(味噌汁付き)をテイクアウト出来ます
- ・本の貸し出し・・・1家族2冊まで(1週間)
- ・ふれあいタイム(11:15～14:45～)
ぶらんこスタッフと一緒に親子でふれあい遊び
や絵本を楽しみましょう

楽しく子育て らっこスペース



日時：月～金曜日 1回 1時間程度

対象：世田谷区在住の妊産婦、
0～3歳児のお子さんを子育て中の保護者
専用スペースにてお子さんをスタッフに
預けて休息を取ることができます。
※予約は不要。直接ひろばスタッフにお声
かけください

企画の予約に関して

- ・企画はぶらんこの利用が初めての方でも
申し込みます
- ・妊婦さんは出産予定日をご入力下さい

ほっとステイ・
面談・企画の
予約はこちら



10月企画予約開始日 10/1(木)10:30～

ぶらんこホームページ
二次元コード



★ホームページの
リンクから
InstagramやXが
見れます

安心して食べる・認め合う・育ちあう
～地域の大きな家族の小さな空間～

生活クラブ子育て広場ぶらんこ

世田谷区宮坂3-13-13生活クラブ館2階
小田急線経堂駅より徒歩3分
☎ 03-5426-5214
✉ kyodo@hiroba-buranko.jp

