



# 小平市子ども家庭支援センターだより 2026年1月

## 子ども家庭相談

お子さんことで

心配なことがある… こんな時どうしたら…

妊娠期、0~18歳のお子さんと、ご家庭についてのご相談をお受けします

- ・保育園やあそび場などの地域情報
- ・子どもとの関わり方に悩んでいる
- ・イライラしてしまう
- ・出産の不安
- ・離乳や寝かしつけ
- ・イヤイヤ期
- ・うちの子反抗期？
- ・可愛いと思えない、子育てが楽しくない
- ・これって虐待？本当は優しくしたいのに…など



電話、メールなどで受け付けています

匿名で相談できます

お子さん自身からの相談もお受けします

どうぞお気軽にご連絡ください

## 臨床心理士による個別相談（要予約）

### すくすく相談

お子さんの言葉や発達に関する相談

### ひだまり相談

お子さんとご家族の心の問題に関する相談

## ティーンズ相談室 「ユッカ」

中学1年生から19歳までの方の相談室です

ご本人からの相談も受け付けます

電話やメール、面談もお受けします（面談は要予約）

【TEL】042(313)2391

【メール】teenssoudan-yucca@unchusha.com

メールアドレス QRコード →



## 【小平市子ども家庭支援センターのご案内】

【開館日】火曜～土曜日（お休みは日、月、祝日）10:00～18:00

【住所】小平市小川東町4-2-1 小平元気村おがわ東2階

【TEL】042(348)2100（代表） 042(348)2102（相談電話）

042(347)3192（虐待かもと思ったらご連絡ください）

【FAX】042-348-2101

【メール】kodomokatei\_kodaira@unchusha.com

【HP】<https://fukushi.unchusha.com/>

kodomokatei\_kodaira



### ※1月～予約開始のプログラム

※開催場所及び申込先：小平市子ども家庭支援センター

※日時、対象、定員、申込開始日は各講座内容参照

#### ◆ペアレントトレーニング◆

～ストップイライラ どならない子育て～

こどもに寄り添いながら、気持ちをコントロールする方法を練習します。

日時：令和8年2月5日（木）・2月26日（木）

10:00～12:00 全2回

対象：市内在住の3歳～小学校低学年のお保護者で、  
全2回受講できる方 ※初めての方を優先

定員：10人程度

申込：令和8年1月6日（火）10:00～

#### ◆子育て講座 ～こどもに寄り添うこととは～ ◆

乳幼児期に大切にしたいこどもの心の育ちに焦点を当て、臨床発達心理士と一緒にワークをしながらこどもの関わり方を広げましょう。

日時：令和8年2月14日（土）10:30～11:30

対象：市内在住で、2歳前後のイヤイヤ期～就学前の  
お子さんを持つ保護者

定員：10人程度

申込：令和8年1月20日（火）10:00～

### ※12月～予約開始のプログラム

#### ◆ひとり親家庭の集い◆

日時：令和8年1月17日（土）14:00～16:00

対象：市内在住で乳幼児から中学生のお子さんを持つ  
ひとり親のご家庭

申込：受付中

#### ◆第一子の赤ちゃんとお母さんへ ～はじめの一歩～◆

日時：令和8年1月20日～2月17日の毎週火曜日

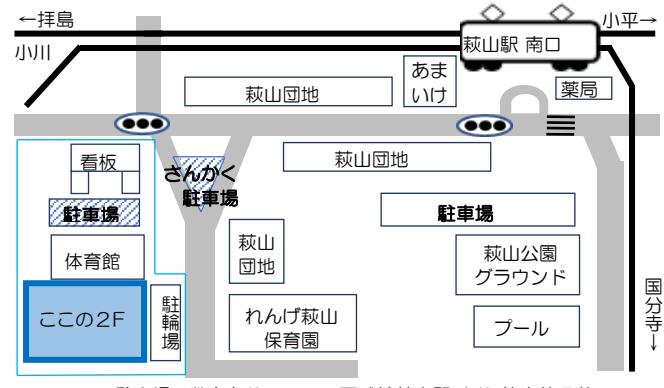
（2月10日（火）を除く）

14:00～15:30 全4回

対象：市内在住の、1月20日時点で生後2か月から  
5か月までの第一子のお子さんとお母さんで、  
全4回参加できる方

申込：12月20日（土）10:00～

※詳細はお問い合わせください





## 1月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
				1 おやすみ 元旦	2 おやすみ	3 おやすみ
<b>【年末年始のお知らせ】12月28日(日)～1月5日(月)まで休館。新年は1月6日(火)～開館です</b>						
4 おやすみ	5 おやすみ	6	7	8	9 おもちゃの専門家と 遊ぼう (10:30～11:30)	10
11 おやすみ 成人 の日	12 おやすみ	13 東部出張ひろば りぼんの会 (10:00～11:30)	14	15 0歳さんあつまれ (10:30～11:30)	16	17 ひとり親家庭の集い (要申込) (14:00～16:00)
18 おやすみ	19 おやすみ	20 はじめの一歩 赤ちゃんと創るわたしの 家族①(要申込) (14:00～15:30)	21	22	23 鈴木公民館出張ひろば 0歳さんあつまれ (10:00～11:30)	24
25 おやすみ	26 おやすみ	27 りぼんの会 (10:00～11:00) はじめの一歩 赤ちゃんと創るわたしの 家族②(要申込) (14:00～15:30)	28	29	30 すくすくの会 (14:00～14:30)	31 おとうさんの会 (10:30～11:30)

ひろばに新しい本が入りました！ぜひお手に取ってご覧ください♪

※プログラムは小平市在住の方のみ対象（おひさまひろばは市外の方も利用できます♪）

※以下、申込み不要のプログラム（当日、会場へ直接お越しください）

**場所:子ども家庭支援センター子育て交流ひろば****◆おもちゃの専門家と遊ぼう◆**

1月 9日(金) 10:30～11:30

\*広いお部屋でおもちゃ遊びの専門家と一緒に  
たくさんのおもちゃで遊びます  
\*対象：未就学のお子さんと保護者

**◆0歳さんあつまれ◆**

1月 15日(木) 10:30～11:30

\*手遊びやわらべうたを楽しみながら  
親子で交流をします  
\*対象：0歳のお子さんと保護者

**◆助産師さんによる相談会 りぼんの会◆**

1月 27日(火) 10:00～11:00

\*助産師さんとの個別相談会です(1組 10～15分)  
\*体重測定もできます

\*対象：1歳3か月ぐらいまでのお子さんと保護者

**◆心理士さんとお話をする会 すくすくの会◆**

1月 30日(金) 14:00～14:30

\*ひろばで臨床発達心理士さんとお子さんの育ちについてお話をします

\*対象：未就学のお子さんと保護者

**◆おとうさんの会◆**

1月 31日(土) 10:30～11:30

\*1月は心理士さんを交えたお父さん同士の交流会です  
親子で手遊びも楽しめます

\*対象：未就学のお子さんとお父さん

**〈出張ひろばのご案内〉****場所:東部市民センター 和室****◆りぼんの会◆**

1月 13日(火) 10:00～11:30

\*個別相談受付：10:30まで

\*助産師さんとの個別相談会です(1組 10～15分)  
\*対象：1歳3か月ぐらいまでのお子さんと保護者

出張ひろばには  
赤ちゃん用の敷物を  
お持ちください

**場所:鈴木公民館 和室****◆0歳さんあつまれ◆**

1月 23日(金) 10:00～11:30

\*初めて参加の方は 10:00、2回目以降の方は  
10:30～受付になります

\*手遊びやわらべうたを楽しみながら親子で交流します  
\*対象：0歳のお子さんと保護者

**自主グループ**

ままらっこ 1月 23日(金)、28日(水) 10:30～12:00

\*子どもの成長や発達に心配がある親のお話会です

\*初めての方は事前に子ども家庭支援センターへご連絡ください

**おひさまひろば ご利用について****利用時間：火～土曜日 10:00～18:00**

※ひろばには、妊娠中の悩み・子どもと子育てに関する相談ができる子育てコンシェルジュがありますので、お気軽にご相談ください

おひさまひろばで昼食が食べられます♪

時間：11:30～13:00 30分交代制 1枠2家庭まで

利用方法：ひろば来所時にホワイトボードへ名前を記入

※当日予約制 ※詳細は職員にお問い合わせください