



いない いない ばあ

2025年 12月号

筑摩こどもプラザ

0263-29-3400

今年も残すところあと1か月となりました。

12月の街はイルミネーションがキラキラしていて華やかですがクリスマスを通ると年始に向けて慌ただしくなりますね。寒さもいっそう厳しくなりますので、体調管理をしながら新しい年を元気に迎えたいものです。



冬至の柚子湯について



12月22日は冬至です。この日に柚子を入れたお風呂に入ると病気をせず元気に冬を乗り越えられるといわれています。

柚子は実るまでに長い年月がかかるので、苦労が実りますようにという願いも込められているそうです。

柚子をまるごと入れる場合は切り込みを入れたり、つまようじで穴をあけたりすると成分が出やすくなります。半分または輪切りで入れる場合は種をとります。果肉が浮かないようにネットに入れる方法もあります。親子一緒にバスタイムで幸せを呼び込みましょう。



年末年始休館のお知らせ

12月27日(土)から1月4日(日)まで休館となります。

新年は5日(月)から開館します。よろしくお願いいたします。



これからの予定



☆12月4日(木) 作って飾ろう～クリスマス飾り～

午前10時30分～(40分間程度)

※申込みは始まっています。詳細は職員までお問合せください。

この日は9時30分から開館します。

☆12月11日(木) クリスマス会～弦楽器コンサート～

午前10時～(1時間程度) 受付開始 9時40分～

定員 35組

申込み開始日=11月27日(木)

出演 Quartet 桜

12月15日(月) 安心ルームの栄養相談日

午前9時30分～11時30分 当日受付・先着順

離乳食や食事について、管理栄養士と個別に相談ができます...

☆1月8日(木) 新年のお楽しみ会

午前10時～(1時間程度) 受付開始 9時40分～

定員 20組

申込み開始日=12月22日(月)

出演 おぼっこぼっこ

人形劇やわらべうたを楽しみながら新年を祝いましょう...



☆印の行事は予約が必要です。各申込み開始日より、平日の午後1時～4時の間に電話でお申込みください。この日の通常利用は午後1時からです。



よーいどん 2025 12月号

小宮こどもプラザ TEL 0263-47-8310

木枯らしが吹き、いよいよ冬本番です。今年のカレンダーもあと一枚。毎年この時期になると一年の早さに驚かされます。

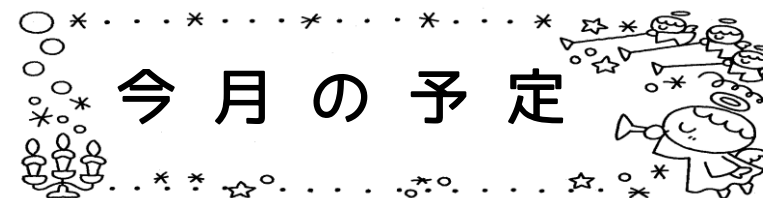
12月の和名は「師走」。師走の「師」は僧侶、お坊さんのこと。年末年始は法要が多くお坊さんは大忙し。お坊さんのようにいつも落ち着いている人でも12月は走り回るほど忙しい月ということから「師走」と呼ばれるようになったそうです。感染症の流行も気になる時期です。気忙しい時ですが、うがいと手洗いを忘れずに、予防に努めて元気に過ごしましょう。



* お 知 ら せ *

小宮保育園、小宮こどもプラザ屋根床改修工事にと
もない、小宮こどもプラザの開館時間が、9時30分
から15時までに変更になっています。ご迷惑をおか
けしますが、よろしくお願いいたします。

また、12月27日(土)から1月4日(日)は年末年始
の休館になります。新年は5日(月)から開館します。



今月の予定

作って飾ろう～クリスマス飾り～

12月5日(金)午前10時から(45分程度)

定員=12組 持ち物=おしり拭き

こどもの足型を取ってクリスマスの飾りを作ります。

※申込みは既に始まっています。

この日の通常利用は午後1時からです。



クリスマス会～電子オルガンのメロディークリスマス～

12月12日(金)午前10時から(1時間程度)

定員=12組 出演=青田 恭子氏(電子オルガン奏者)

電子オルガンの演奏でクリスマスの曲を楽しみましょう。

※申込みは11月27日(木)から電話で午後1時から4時
の間に申込みください。松本市内在住の方が対象です。

こどもプラザ5館の中から1館を選んでお申込みください。
この日の通常利用は午後1時からです。

安心ルームの子育て相談日《当日受付・先着順》

12月18日(木)午前9時30分～11時30分

持ち物=母子健康手帳

保健師と助産師による個別相談です。





行事予定

★作って飾ろう～クリスマス飾り～《要申込み》

12月2日(火) 午前10時～(45分程度)

申込みは始まっています。

定員 15組

親子でかわいいサンタクロースの帽子を作しましょう。

★クリスマス会～クリスマス☆わくわくお話会～《要申込み》

12月9日(火) 午前10時～(1時間程度)

申込み開始日 11月27日(火)

出演 つばさ文庫 定員 25組

「つばさ文庫」さんによるパネルシアターのお話会です。

※市内在住のお子さんと保護者の方が対象です。

※こどもプラザ5館の中から1館を選んでお申込みください。



わくわくタイム～ハンドベルの音楽会～《申込み不要》

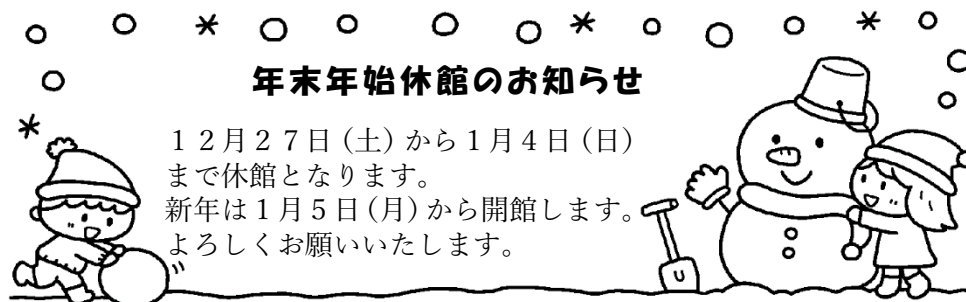
12月18日(木) 午前10時45分～(30分程度)

「南郷福祉ひろばベルの会」のみなさんによる演奏会です。

★印の講座・行事は申込みが必要です。

平日の午後1時から4時の間に電話でお申込みください。

★印の日の通常利用は午後1時からです。



年末年始休館のお知らせ

12月27日(土)から1月4日(日)

まで休館となります。

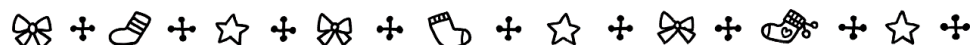
新年は1月5日(月)から開館します。

よろしくお願いいたします。

木の葉が舞い、日暮れも早くなり、一段と寒さを感じる季節になりました。

12月22日は、『冬至』です。1年のうちでもっとも昼が短く夜が長い日です。日本では、ゆず湯に入ったりかぼちゃを食べたりして厄払いをする風習があります。ゆずには、血行をよくして体を温める働きがあり、風邪の予防にも効果的です。そのままお風呂に浮かべてもよし、半分に切って浮かべてもよし。冬至の日には心も体も温めてくださいね。

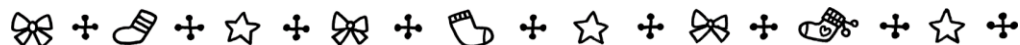
何かと慌ただしい時期ですが、体調管理に気を付けて元気に新年を迎えましょう。



「どうぞ、ありがとう」

こどもプラザは、0歳から就学前のお子さんとお家の方が一緒に過ごす場所です。職員とふれあう姿もよく見られます。

最近、歩き始めた1歳児さん。「どうぞ」のやり取りが上手で、お気に入りのおもちゃを職員に「どうぞ」。職員が「ありがとう」と受け取ると、ぺこりと頭を下げてにっこり笑顔です。その様子を見ているママも隣でにっこり。笑顔が重なり気持ちが温くなる場面に立ち会えることができ、うれしく思います。





あ～そ～ば

2025 年 12 月号

波田こどもプラザ

0263-91-3113

波田こどもプラザの窓から見える木々はすっかり葉を落とし、冷たい風に本格的な冬の訪れを感じる季節になりました。

早いもので今年も残りわずかですね。2025年はどんな年でしたか？何かと慌ただしい師走ですが、栄養と休息をしっかり摂って健やかに新年を迎えましょう。



冬のおすすめ骨ふれあい遊び

こどもの両手のひらを上に向けてから始めます。

♪もちつき ペったんこ（握りこぶしをこどもの手のひらに左右交互に乗せる）

♪まるもち ペったんこ（こどものほっぺに両手で4回ふれる）

♪かたもち ペったんこ（こどもの肩を両手で4回軽くたたく）

♪しりもち ペったんこ！（こどものおしりを6回軽くたたく）



楽しむポイント

最後の「ペったんこ」の部分では長さを自由に変えてこどもに「くるぞくるぞ」という期待感を持たせ、「こ！」で少し大きな動きをするとさらに喜びますよ。



12 月の予定



☆作って飾ろう～クリスマス飾り～

（申込みは始まっています）

日時：12月3日（水）

午前10時～（45分程度）

定員：15組

サンタとトナカイのスノードームを作ります。

※申込みが必要です。11月20日（木）より電話で平日の午後1時～4時の間にお申込みください。



☆クリスマス会 ～マリンバとヴァイオリンのひびき～

日時：12月17日（水）

午前10時～（1時間程度）

定員：20組

出演：北村結香氏・花村祐美氏

マリンバとヴァイオリンのクリスマスコンサートです。

※申込みが必要です。11月27日（木）より電話で平日の午後1時～4時の間にお申込みください。

※松本市在住のお子さんと保護者の方が対象です。

※こどもプラザ5館の中から1館を選んでお申込みください。



年末年始のお知らせ



12月27日（土）～1月4日（日）まで休館になります。

1月5日（月）より開館します。よろしくお願いいたします。



芳川こどもプラザ ☎0263-86-1055

今年も残すところあとわずかになりました。今年はどうな1年だったでしょうか。お子さんと過ごす毎日の中でいろいろな発見があったと思います。心と体の成長を感じるたび嬉しくなりますね。来年も元気なお子さんと保護者の皆さまに会えるのを楽しみにしています。



これから の 予 定



★12月10日(水) あんさんぶるコンサート

～ゴスペル DE クリスマス～

時間：午前10時～(1時間程度)

定員：40組

出演：布野えいじ&エターナルエンジェルス

申し込み開始日：11月27日(木)

ゴスペルのコンサートです。生の歌声の響きをお楽しみください。

※プラザ5館のクリスマス会の中から1館を選んでお申込みください。

※他館は松本市在住の方が対象です。



12月16日(火) 安心ルームの子育て相談日(当日受付・先着順)

時間：午前9時30分～11時30分

保健師と助産師による個別相談です。母子健康手帳をお持ちください。

※混雑状況により受付を終了する場合があります。

12月22日は冬至です

冬至とは1年で最も昼が短く、夜が長い日です。この日は栄養価の高いかぼちゃを食べ、体を温める柚子湯に入り無病息災を願います。

松本地域では小麦粉で作った団子と小豆が入っている「かぼちゃ団子」を食べます。「冬至かぼちゃ」とも呼ばれています。



年末年始休館のお知らせ

12月29日(月)から1月3日(土)まで休館となります。

新年は4日(日)より開館します。よろしくお願いいたします。

12月24日(水) あんさんぶるミニ音楽会～ハンドベル～

時間：10時45分～(30分程度) ※予約は要りません

芳川福祉ひろばベルの会の皆さんによるハンドベルの演奏をお楽しみください。

★1月16日(金) リラクゼーションストレッチ

時間：10時～(1時間程度) 定員：6組

対象：生後2か月～6か月までの子と親

講師：金井 留美氏

申し込み開始日：12月24日(水)

親子で簡単にできるストレッチを体験し、リラックスしましょう。

※この日の芳川こどもプラザは通常開館です。



★印の行事は予約が必要です。

火曜日から金曜日の午後1時～4時の間に電話でお申込みください。

★印の日の通常利用は午後1時からです。(1月16日は通常開館)

筑摩こどもプラザ（12月）			小宮こどもプラザ（12月）			南郷こどもプラザ（12月）			波田こどもプラザ（12月）			芳川こどもプラザ（12月）		
日	曜	行事予定	日	曜	行事予定	日	曜	行事予定	日	曜	行事予定	日	曜	行事予定
1	月		1	月		1	月		1	月		1	月	休館日
2	火		2	火		2	火	★作って飾ろう～クリスマス飾り～	2	火		2	火	
3	水	大人のための読み聞かせ	3	水		3	水		3	水	★作って飾ろう～クリスマス飾り～	3	水	
4	木	★作って飾ろう～クリスマス飾り～	4	木		4	木		4	木		4	木	
5	金		5	金	★作って飾ろう～クリスマス飾り～	5	金		5	金		5	金	
6	土	休館日	6	土	休館日	6	土	休館日	6	土	休館日	6	土	
7	日	休日保育	7	日	休館日	7	日	休館日	7	日	休館日	7	日	
8	月		8	月		8	月		8	月		8	月	休館日
9	火		9	火		9	火	★クリスマス会 ～クリスマス☆わくわくお話会～	9	火		9	火	
10	水		10	水		10	水		10	水		10	水	★あんさんぶるクリスマスコンサート ～ゴスペルDEクリスマス～
11	木	★クリスマス会 ～弦楽器コンサート～	11	木		11	木		11	木		11	木	
12	金	童謡だいすき～歌いましょ～	12	金	★クリスマス会～電子オルガンのメロ ディークリスマス～	12	金		12	金		12	金	
13	土	休館日	13	土	休館日	13	土	休館日	13	土	休館日	13	土	
14	日	休日保育	14	日	休館日	14	日	休館日	14	日	休館日	14	日	
15	月	安心ルームの栄養相談日	15	月		15	月		15	月		15	月	休館日
16	火		16	火		16	火		16	火		16	火	安心ルームの子育て相談日
17	水	大人のための読み聞かせ	17	水		17	水		17	水	★クリスマス会 ～マリンバとヴァイオリンのひびき～	17	水	
18	木		18	木	安心ルームの子育て相談日	18	木	わくわくタイム ～ハンドベルの音楽会～	18	木		18	木	
19	金		19	金		19	金		19	金		19	金	
20	土	休館日	20	土	休館日	20	土	休館日	20	土	休館日	20	土	
21	日	休日保育	21	日	休館日	21	日	休館日	21	日	休館日	21	日	
22	月		22	月		22	月		22	月		22	月	休館日
23	火		23	火		23	火		23	火		23	火	
24	水		24	水		24	水		24	水		24	水	あんさんぶるミニ音楽会 ～ハンドベル～
25	木		25	木		25	木		25	木		25	木	
26	金	童謡だいすき～歌いましょ～	26	金		26	金		26	金		26	金	
27	土	休館日	27	土	休館日	27	土	休館日	27	土	休館日	27	土	
28	日	休日保育	28	日	休館日	28	日	休館日	28	日	休館日	28	日	
29	月	年末休業	29	月	年末休業	29	月	年末休業	29	月	年末休業	29	月	年末休業
30	火	年末休業	30	火	年末休業	30	火	年末休業	30	火	年末休業	30	火	年末休業
31	水	年末休業	31	水	年末休業	31	水	年末休業	31	水	年末休業	31	水	年末休業

★印の行事は予約が必要です。通常開館は午後1時からです。
 行事の詳細は各こどもプラザへお問い合わせください。