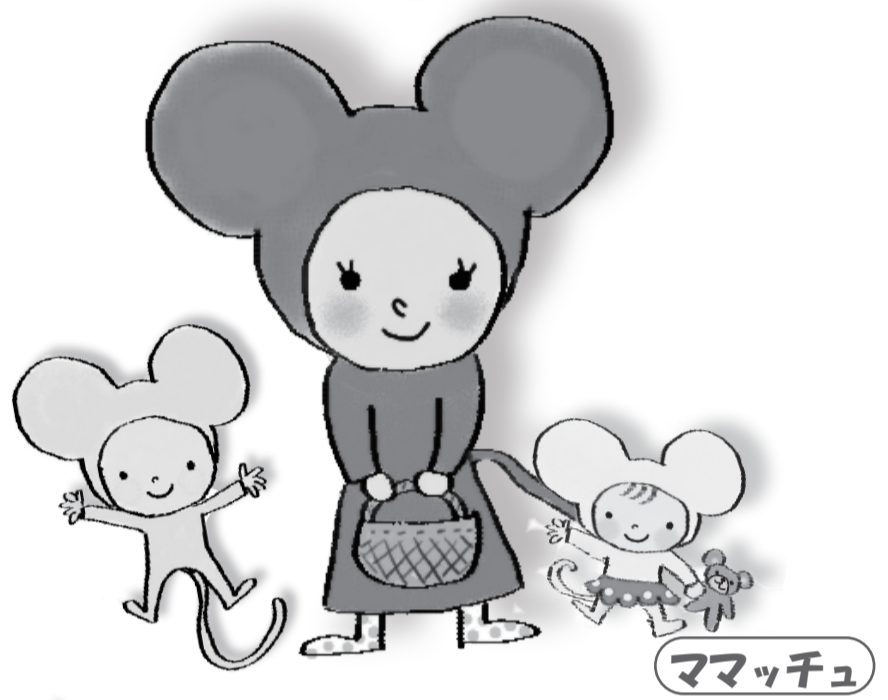


てくてく ひろば



妊娠中や出産後に家事や育児のサポートを受けられます。
【対象】妊娠届を出した妊婦、または1歳未満の単胎児・3歳児未満の多胎児を育児中の援助が必要なママとパパ
【内容】日常家事、育児、付き添い、きょうだいの送迎など（事業者によって異なります）
【お問い合わせ・登録】府中市子ども家庭支援課母子保健係 042-368-5333

たまたま箱 R3版25頁

府中市産後ケアのご案内

出産後に医療機関で看護職のケアや授乳のアドバイスを受け、休息をとることができます。
【対象】府中市民で、生後4か月未満の赤ちゃんとそのお母さん、ご家族などから援助が受けられない方で体調不良、授乳や育児に不安があるお母さん。※医療行為が必要な方は利用不可。
【内容】お母さんや赤ちゃんの健康状態のチェックの他、育児相談・授乳/沐浴指導・休息・食事の提供など
【お問い合わせ・申請受付】府中市子ども家庭支援課母子保健係 042-368-5333

たまたま箱 R3版25頁

子どもを預けたい時、子どもと少しだけ離れたい時

【一時預かり】最寄り保育所で平日～1日子どもを預かります。
【リフレッシュ保育】042-354-8700 子ども家庭支援センター「たち」の一時保育
【ファミリーサポートセンター】042-367-8882 市が地域の子育てをサポート。
【ママのおうち保育室】042-207-2075 紅葉丘にある東京都認可外保育施設。
対象：満1才から小学6年生 利用時間 平日8:30～19:00（19:00以降又は土日は要相談）
費用：登録料無料/1時間1000円（兄弟姉妹の同時託児は2人目半額）※要予約

たまたま箱 R3版36、44頁

子育て情報を探そうならココ！

【てくてく府中】府中の子育て情報サイト。NPO法人ママチャリーズが運営。
http://www.tekutekufuchu.com
【子育てのたまたま箱】府中の子育て情報誌。出産や転入手続きの際、市役所窓口でもらえます。また、たちや文化センターでも随時配布。市のHPからもダウンロード可。（発行・編集 子育て応援課）
【ひまわり】市の子育て支援情報 毎月発行 各文化センター・公立保育所に設置（保育支援課）
【Fu-CHUこそだてサイト ふわっと】
府中市 ふわっと 検索
「ふわっと」アプリ登場！
更に便利に♪より身近に♪
※右記QRコードからインストール出来ます
（子育て応援課推進係）
【府中国際交流サロン】042-352-4178 ENGLISH/中文/한국어
【西東京在日コリアン子育て支援ネットワーク】042-542-2566 한국어



子どもに関する事などちょっと相談したい時

子育て世代包括支援センター「みらい」042-368-5333
【子育て相談室】母乳相談は訪問も依頼できます。
【助産師相談】※要予約 助産師が、妊娠・出産・母乳育児・乳房トラブルなどのご相談をお受けします
時間：午後1時5分～午後4時
費用：無料 持ち物：母子手帳
※1回20分の予約制です。相談時間の延長はできませんのでご注意ください。
10月3.5.17.24日 11月2.7.14.21.28日 12月5.7.12.19日
子ココロ・親ココロ相談 @東京センターLINE相談
平日9時～21時/土日休日9時～17時
「育児が大変、疲れた、イライラする・・・」など子育てに悩むときや、「これって虐待かも・・・」と困っているときなど、ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。

たまたま箱 R3版32頁



発行元 特定非営利活動法人 **mama charlies** ママチャリーズ
お問合せ：070-6488-6291（成川綾）
info@tekutekufuchu.com
※配布にご協力頂いている店舗へのお問合せはご連絡ください。

新型コロナウイルスの影響で開催日程が変更になる可能性があります。事前に各施設へ開催の確認をお願いします。

府中の子育て情報サイト **てくてく府中** <http://www.tekutekufuchu.com>



子ども家庭支援センター

しらとり 042-367-8881 武蔵台1-10-2 <http://www.tama-dhk.or.jp/siratori>
休館日：日祝日・年末年始・臨時休館日
しらとりひろば 月～土 10:00～16:00
※現在は10:00～12:30・13:30～16:00の2部制です。
オープンルーム、子育て講座等も行っています。
HP、しらとりひろばカレンダーに詳細あり。ご利用ください。
たち 042-354-8700 宮町1-50 くるる3F
【R4年度休館日】11/14、12/29～1/3（年末年始）、2/13、3/13、
【交流ひろば】毎日 10:00～12:30・14:00～16:30の2部制。
たちでも様々な企画を行っています。最新情報はたちだよりや総合受付情報コーナーで。
*しらとり、たちでは上記事業の他にも様々なサポートも行っています。直接窓口で相談もできます。

たまたま箱 R3版12頁

地域子育て支援センター「はぐ」

*たまたま箱 R3版12頁

地域子育て支援センター「はぐ」は、乳幼児を子育て中の方や妊娠中の方を対象とした、ゆっくりと親子で利用できる専用のひろばです。身近な地域で親子が集まり交流できる場の提供、子育て相談、子育て講座なども行っています。府中市立保育所に併設されており保育士が常駐しています。※現在事前予約制です。予約は各施設へ直接電話してください。
利用時間 (1) 午前10時から正午 (2) 午後1時半から3時半
※土曜日、日曜日、祝日、年末年始を除く
利用人数 各回5組 利用対象者 市内在住の親子
はぐ イベントカレンダー
はぐ きたやま 北山町3-27-9（北山保育所内） 042-573-2512
はぐ さんぼんぎ 府中町3-23-1（三本木保育所内） 042-365-6212
はぐ ひがし 若松町3-21-4（東保育所内） 042-362-5200
はぐ すみよし 住吉町2-30-47（住吉保育所内） 042-351-3701
初めてでもママ友がいなくても大丈夫♪保育士さんたちが温かく迎えてくれます。子育ての相談はもちろん、市内の子育て情報も豊富なので大人気のセンターです♪おすすめ♪



府中市の公共施設

文化センター 各文化センターにあるキッズルームは玩具・冷暖房完備で誰でも無料で利用できます。授乳スペースもあるので安心。利用時間は施設内張り紙をご覧ください。※イベント開催時には個人利用が出来ない場合があります。地域のイベント情報も盛りだくさんです。
生涯学習センター 042-336-5712 浅間町1-7 府中の森公園から徒歩3分 飲食 休憩スペース・図書館有 キッズスイミングや生後6か月から参加できる親子体操など、子ども向け講座も多くあります。トレーニング室は市民なら最大3時間200円で利用できるので、ママやパパのリフレッシュにもおすすめ。
男女共同参画センター「フュール」 042-351-4600 住吉町1-84 ステージ府中中河原4F キッズルームやゆったりしたトイレ、勉強コーナー図書館など女性に優しい館内。
郷土の森博物館 042-368-7921 南町6-32 子ども達に大人気のじゃぶじゃぶ池やプラネタリウム、昔遊びが楽しめるふるさと体験館など一日楽しめる博物館。正門横には観光物産館があり新鮮な地場野菜が買えます。
中央図書館 042-362-8647 府中町2-24 ルミエール府中3F 令和4年10月～令和5年2月末までルミエール府中全体の修繕工事及び図書館システムの入替等を行うため、図書館は休館します。
府中市美術館 042-336-3371 浅間町1-3（都立府中の森公園内） 親子で楽しめるワークショップなどのイベントを随時開催しています。ベビーカーの貸し出し有。
府中の森芸術劇場 042-335-6211(代表) 浅間町1-2 **フロムナードコンサートVol.243** ～パイプオルガンとファゴットの音色～ 10/22(土)10:30親子向け、ウィーンホール
◆出演者 永見亜矢子(パイプオルガン)、河村幹子(ファゴット)
◆曲目・工藤順子：風のオルガン・久石 譲：さんぽ
・W.H.フット：「おじいさんの時計」の主題による変奏曲 ほか

一緒にあそぼう！市の子育てひろば・園庭開放

ポッツコーン 10:00～11:00 親子のふれあいや親同士の交流を深める場として市内7か所の会場でを行っています。お子さんと一緒に遊び、楽しく交流しながら仲間づくりを支援します。
ポッツコーン・パパ 10:00～11:00 毎月第3日曜日、市内6か所の保育所で開催しています。親子あそびや製作、季節のあそび、絵本、うたなど父子で楽しめるスポットタイムを設定します。
園庭開放（市立保育所） 11:00～12:00 一定の環境が整っている保育所の園庭を開放し安全にのびのび遊べる場を提供します。お近くの市立保育所をご利用ください。
すきっぷ 10:00～11:00 近隣の親子との出会いや交流を楽しんだり、保育士に子育ての悩みを話したり相談することができます。スポットタイムでは、参加して楽しめるものや見て楽しめるものを設定しています。
【申込み】園庭開放以外の子育てひろばについては事前に各申込み先へ電話にて予約が必要です。日程は府中市HPをご覧ください。なお、予約の受付時間は平日の午前10時から午後3時までです。兄弟姉妹で参加される方は、どちらの対象年齢でも参加できます。詳しくは、各申込み先にお問合せください。



府中市HP

新型コロナウイルスの影響で開催日程が変更になる可能性があります。事前に各施設へ開催の確認をお願いします。