

2026年 つくば子育てカレンダー10月



この「カレンダー」は子育て中のみなさんが気軽に出かけられる活動を中心に紹介しています

月	火	水	木	金	土	日
「出張子育て広場」 10月になったら市役所のホームページに最新情報が掲載されますのでご確認ください。(第5週は問合せを) ■はつくば子育て総合支援センターが担当しています。	かとりだい交流館出張 10:00-11:30 ★第1・3・5週(火) すぎのクラブ担当 ★第2・4週(火) ちきんえつぐ担当 つくば市民センター和室 10:00-11:30 ★第1・3・5週(火) つなぐ担当	北条保育所出張 10:00-11:40 ■第2・4週(水) 市民ホールやたべ出張 10:00-11:30 ■第1・3・5週(水) ★第2・4週(水) なないろくらぶ担当	つくば市民センター和室 10:00-11:30 ★第1・3・5週(木) 花畑ひろば担当 ★第2・4週(木) こどもの森広場担当 研究学園小学校児童クラブ出張 10:30-12:00 ■第1・3・5週(木) ★第2・4週(木) チェリークラブ担当 荊崎交流センター出張 10:00-11:30 ★第2・4週(木)みらいくらぶ担当	小野川交流センター出張 10:00-11:30 ★第1・3・5週(金) かつらぎクラブ担当 みどりのプール出張 10:00-11:40 ■第2・4週(金)	掲載したもののについて直前に変更される場合もあります。 最新情報はHPや電話などでご確認の上、ご利用ください。 ※[問]の表示のある催しについては参加費等お問い合わせ下さい。定期的に開催されている催しについては、場所・連絡先など裏面の基本情報欄にまとめています。	
発行：つくば市子育て支援ネットワーク かるがも・ねっと 「かるがも・ねっと」は、つくば市で子育て支援に関わる活動をしている様々な機関・団体・グループ・ボランティアのネットワークです。 https://www.tsukuba-karugamo.net			カレンダー裏面も みてくださいね …裏面に内容や参加方法の詳細をのせています …裏面に活動紹介、メッセージがあります		1	2
			◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター和室 ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ	◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館 10/1 ◆コロボックル「秋のピヨコロひろば」 10:00-12:30 市内の公園 6か月～2才くらいの親子 木曜日全7回〔詳細裏面〕	◆遊ぼう広場「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内	◆ままとーん「ばばのわ」親子ワークショップ 10:00-12:00 流星台プレイパーク(雨天時11月3日に延期) 要申込 ◆おもちゃ病院さくらんぼ 10:00-15:00 カスミフードスクエアライフガーデンみどりの店 ◆なずな 親子向けおはなしかい 16:00-16:30 えほんやなずな
5	6	7	8	9	10	11
◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆コロボックル&遊ぼう広場「ゴンタで遊ぼう～0歳からの外あそび」 10:00-14:00 流星台プレイパーク	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん プチイベント[詳細裏面] ◆YMCAみどりのつぼみ保育園 10:00-11:30 園庭開放(雨天は保育室) 要申込	◆子育て休憩室 10:00-12:00 つくば市民センター和室	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター和室 ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ	◆遊ぼう広場「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆おもちゃライブラリーさくらんぼ 10:00-12:00 13:00-15:30 高齢者支援センターとよさと *おもちゃ病院も開催 ◆ゆめぽっぽ パネルシアター 11:00-11:30 並木児童館	◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆さくらんぼ食堂 11:30-14:30 桜交流センター1階和室 大人300円/18才まで100円 25食(2週間前から申込) 10/17 ◆なずな「澤口たまみ講演会」 14:00-15:30 つくばセンタービル1F むすびつくば 参加費[問]	◆つくばdeプレイパークひろめ隊「つくいちdeプレイパーク」 10:00-13:00 中央公園 ◆なずな 親子向けおはなしかい 16:00-16:30 えほんやなずな
12 スポーツの日	13	14	15	16	17	18
10/19◆つくば自然育児の会 10月例会「東洋医学で丈夫な子に～四季に合わせた暮らしと体づくり～」 9:50-12:00 なかよし館(大曾根児童館) 要申込 〔詳細裏面〕	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆YMCAみどりのつぼみ保育園 10:00-11:30 園庭開放(雨天は保育室) 要申込 ◆にほんごで おしゃべり! 10:00-11:00 Zoomをつかいます。日本語(にほんご)を れんしゅう している ママ(ママ)が かんたんで わかりやすい日本語で おしゃべりくはなすこと>を します。もうしこみはうらめんQRコードから	◆子育て休憩室 10:00-12:00 つくば市民センター和室	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター和室 ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ	◆つくば自然育児の会 外遊び「はらっぱ」 10:00-14:00 流星台プレイパーク 雨天予備日10月28日(水) ◆おひさまkids 多世代交流おしゃべり会 10:30- 並木交流センター和室 ◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館	◆遊ぼう広場「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆おもちゃ病院さくらんぼ 10:00-15:00 イオンモールつくば3F ワンダーゲート前 ◆竹園土曜ひろば「ランチ交流会」 11:30-15:00 竹園交流センター大会議室&和室 おとな300円/18才以下と食事不要は無料 40食(事前申込優先)三線サークルつくば音による演奏あり♪	◆つくばこそだてパーク2026～公園のまんなかにも、大きな親子の遊び場をつくりまします!～ 10:00-14:00 中央公園 〔詳細裏面〕 ◆ままとーん「ばばのわ」プレパパ・プレママ 10:00-12:00 コリドイオ和室 要申込 ◆リズムの森(Rhythm+) 光るランプハロウィンで楽しもう 10:30-11:30 工作費500円(兄弟2人目+200円)/14:00-15:00 のんびりリクラス/みどりの南小学校 多目的室 要申込 ◆なずな 親子向けおはなしらぼのおはなしかい 16:00-16:30 えほんやなずな
19	20	21	22	23	24	25
◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆コロボックル&遊ぼう広場「ゴンタで遊ぼう～0歳からの外あそび」 10:00-14:00 流星台プレイパーク	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆YMCAみどりのつぼみ保育園 10:00-11:30 園庭開放(雨天は保育室) 要申込 ◆にほんごで おしゃべり! 10:00-11:00 Zoomをつかいます。ないようともうしこみは13日(にち)とおなじ ◆ちょっと休憩しませんか♪はぐはぐカフェ 10:30-12:00 スターバックスコーヒー イースつくば店(飲み物注文は任意)	◆子育て休憩室 10:00-12:00 つくば市民センター和室 ◆あおぞらおしゃべりパーティー 10:00-12:00 みどりの中央公園	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター和室 ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ	◆遊ぼう広場「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館 ◆kosodateはぐはぐ「てとてサロン」 10:00-11:30 つくばハウジングパーク内つくばドマーニ展示場	◆穴塚の自然と歴史の会「里山子ども探偵団」 9:45集合-12:00 集合場所はHP ◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆おもちゃライブラリーさくらんぼ 10:00-12:00 高齢者支援センターとよさと *おもちゃ病院も開催	◆もあふる「吾妻みんなのひろば」 10:00-15:00 つくば市民センター調理・実習室 大人400円/18歳以下100円 30食(事前申込優先) カンボジア料理教室を実施 ◆なずな 親子向けおはなしかい 16:00-16:30 えほんやなずな
26	27	28	29	30	31	
◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆コロボックル&遊ぼう広場「ゴンタで遊ぼう～0歳からの外あそび」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆つくばdeプレイパークひろめ隊「きつつきプレイパーク」 15:00-17:00 研究学園駅前公園	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆YMCAみどりのつぼみ保育園 10:00-11:30 園庭開放(雨天は保育室) 要申込 ◆にほんごで おしゃべり! 10:00-11:00 Zoomをつかいます。ないようともうしこみは13日(にち)とおなじ ◆ちょっと休憩しませんか♪はぐはぐカフェ 10:30-12:00 スターバックスコーヒー イースつくば店(飲み物注文は任意)	◆子育て休憩室 10:00-12:00 つくば市民センター和室 ◆おもちゃ病院さくらんぼ 10:00-15:30 イースつくば3F ハニーズ前 ◆かるがもラウンジ ～おしゃべり&カレンダー作業のひととき～ 14:00-16:00頃 つくば市民センター印刷室ほか どなたでもお立ち寄りください	◆ままとーん「つどいの広場」 9:30-14:30 ままとーん 詳細はHP ◆子育てほっとステーション オアシス 10:00-12:00 並木交流センター和室 ◆常総っこ応援団「ゴンタで遊ぼう」 10:00-14:00 流星台プレイパーク ◆わらべうたの会♪つくんこ 11:15-12:00 中央公園 詳細はブログ	◆グループ・スイミー よみきかせ 11:00-11:30 並木児童館	◆のうさぎ文庫 10:00-12:00 上広岡 野田団地内 ◆なずな 歌う♪ 昔ばなしの会 10:30-11:30 えほんやなずな	

サークル・団体からの情報

「誰かとともに本を読む」あたたかい時間を届けよう ～ブックスタートのはじまり～

絵本を開く楽しい「体験」と「絵本」をセットで赤ちゃんに届ける「ブックスタート」という活動をご存じでしょうか。この11月から、いよいよつくば市でもスタートすることになったと伺いました。1歳6か月健診の会場で、赤ちゃん一人ひとりに寄り添い絵本と一緒に楽しむひとときをつくるのは、地域の市民ボランティアの方々です。募集開始とともに、あっという間に定員がいっぱいになったそうで、地域の関心の高さがうかがえます。

日本では2000年、「国際子ども図書館」が上野に誕生したことを契機に「子ども読書年」を宣言、イギリスで始まっていたブックスタート事業に取り組むこととなりました。それから25年、日本のブックスタートが目指してきたのは、早期教育ではなく「赤ちゃんの幸せ“well-being”」です。そしてまた絵本を通じて楽しい時間を共有する“share books”のきっかけを、地域の人たちの手と言葉を介して届ける仕組みとしても、全国で大切に育てられてきました。

つくばにはかつて子ども文庫があちらこちらにあって、小さいお部屋やお外の木陰に座って、絵本を開き人の声に耳をすます子どもたちの姿が見られました。大人は赤ちゃんとのやりとりを見て驚いたり喜んだり、学びの場にもなっていました。ブックスタートを入口に、子どもとの時間を楽しく広げていってほしいね。
(具体的な実施方法については市のホームページなどで確認してください)

今月のピックアップイベント

自主保育コロボックル(ゴンタで遊ぼう)
●「秋のピヨコロひろば」～6ヶ月くらいから2歳までのお子さんと、お母さんお父さんへ～
つくばで野外保育を続けてきたコロボックルが、外あそびのひろばを開きます。赤ちゃん連れで外に出て、気もちのいい季節を楽しみましょう。自然の中で、おおらかに子育てを！
【日 時】10月1日より11月12日まで木曜日 全7回
10:00-12:30 雨天順延(11月19日、26日は振替予備日)
【場 所】つくば市内のいくつかの公園で遊んだり散歩をします
【定 員】12組程度
【会 費】2,500円(7回分)
【申 込】五十嵐(029-857-7949)15:00以降
＊場所、持ち物など詳細はHPをご覧ください。→

ままとーん
●音楽付き絵本とWARAリズム
WARAリズムは、親子でスキンシップを楽しみながら身体の軸となる体幹を鍛える運動遊びです。音楽に合わせて、親子で遊べる楽しい時間を過ごしませんか？音楽付き大型絵本も登場します♪
講師：生方幸子先生(WARAリズムアドバイザー)
【日 時】10月6日(火)10:30～11:30
【場 所】ままとーん「つどいの広場」
【対 象】0～1歳の親子(一緒にきょうだいの参加も歓迎)
【定 員】5組

＊…基本情報に連絡先のある団体です

※このほかにもプチイベントを開催しています(詳細はHP)
つくばこそだてパーク実行委員会
●つくばこそだてパーク2026
～公園のまんなか、大きな親子の遊び場をつくりましょ～
子どもの育ちを大切に思う地域の大人や保育士たちでつくる「つくばこそだてパーク」。今年で3回目を迎えます。中央公園の芝生広場のまん中に30mをこえる大きなブルーシートを広げて、みんなで遊べる大きな遊び場に！お絵描きや工作、自然物を使ったごっこ遊びや変身遊びなど、いろいろな遊びがいっぱい。さらに、青空図書館やこども商店街、子育てミニ講座も開催！遊んで、話して、地域のいろいろな人や場所とも出会える一日です。プレママ・パパもぜひ！
【日 時】10月18日(日)10:00-14:00
【場 所】中央公園
【対 象】主に未就学の親子とそのきょうだいを中心に、子ども・子育てに関心のある方ならどなたでも
【連絡先】つくばこそだてパーク実行委員会(代表 やおいひでひと) ☒ tsukubakosodatepark@gmail.com
詳細はSNS等で随時お知らせします。

つくば自然育児の会
●10月例会「東洋医学で丈夫な子に～四季に合わせた暮らしと体づくり～」
「季節の変化に負けない、丈夫な体を育ててあげたい」そんな方に、東洋医学の観点から子どもの体や季節に合わせた暮らしについてお話しいただきます。今回は、四季の養生や子どもの鍼についてのお話に加えて、家庭でできるスキンタッチも実際に教えて頂きます。
【日 時】10月19日(月)9:50-12:00
【場 所】なかよし館(大曾根児童館)
【講 師】なずな堂鍼灸院 山田達也先生
【申込・問合せ】参加希望の方はメールにて。
＊申込締切10月14日(金)＊見学初回は参加無料

基本情報(主な活動場所・連絡先)

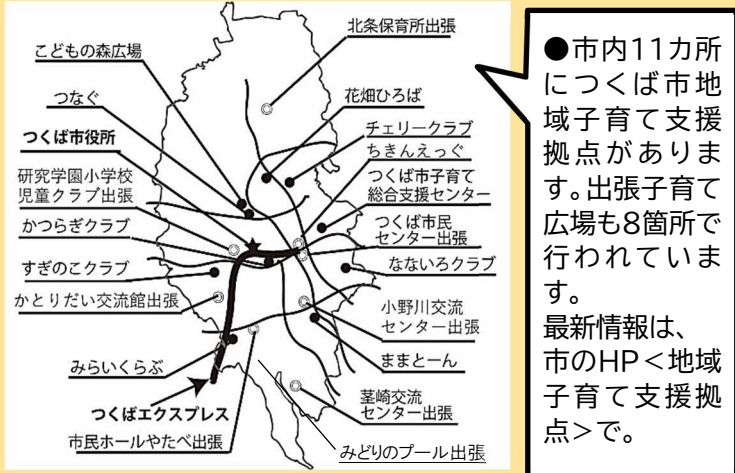
●あおぞらおしゃべりパーティー
主な活動場所：みどりの中央公園／トヨペットつくばみどりの店内ほか 連絡先 HP/インスタ(aopa298)から
●吾妻みんなのひろば
つくば市民センター調理・実習室
インスタあり azuma anyone_hiroba/
／申込はインスタ→公式LINEから
●inemuri
インスタ、HPあり inemuri 公式LINE→
●えほんや なずな
竹園2-4-10 村田ビル105 TEL828-5120 開店：火・金・土・日曜 13:00-17:00 営業予定 SNSで告知しています。
FB/X/公式LINE あり ☒ 298ehonya.nazuna@gmail.com
●おひさまKids
並木交流センターなど TEL080-5434-8100
●おもちゃ病院 さくらんぼ
高齢者支援センターとよさと、カスミフードスクエアライフ ガーデンみどりの店、イーアスつくば HPあり
●おもちゃライブラリー さくらんぼ
高齢者支援センターとよさと TEL029-847-0231
検索「おもちゃライブラリー つくば」



編集・発行：つくば市子育て支援ネットワークかるがも・ねっと ☒ karugamonet.tsukuba@gmail.com

●グループ・スイミー&パネルシアターゆめぽぽ
並木児童館 TEL029-851-5331
●子育て休憩室
つくば市民センター 和室 TEL029-857-5771(村上)
●子育てほっとステーション・オアシス
並木交流センター 和室 TEL029-857-5771(村上)
●kosodateはぐはぐ
家庭訪問型子育て支援ホームスタート
FBあり HPに申込フォーム→
☒ hs298@kosodatehughug.org
「はぐはぐカフェ」はスターバックスコーヒー
イーアスつくば店にて。てとてサロンはつくば
ハウジングパーク内つくばドマーニ二展示場
●子連れスタイル推進協会
モーカフェ(駐車場有・科学万博記念公園近く)
問い合わせや予約はラインのQRコードから→
●ゴンタで遊ぼう
流星台プレイパーク(桜保健センター裏)
外遊びのサークルが持ち回りで一般開放、昼食可。
＊雨天の順延日は各団体のSNSでお知らせ。
「遊ぼう広場(つくば遊ぼう広場の会)」FB「ゴンタで遊ぼう
in流星台プレイパーク」TEL090-4067-2633
「自主保育コロボックル」HP/インスタあり TEL029-857-7949
「常総っこ応援団」HP/インスタあり TEL0297-48-4911
「つくば自然育児の会」FB/インスタあり
●さくらんぼ食堂
桜交流センター 申込みはインスタフォームから。
☒ sakuranbo.table@gmail.com(四位)
●産後TOMOサポ
HPあり ☒ yuuminthai@gmail.com
●穴塚の自然と歴史の会
第4土曜日の「里山子ども探偵団」は幼児連れでも参加できます。
集合場所は土浦市穴塚1887 隣駐車場集合。
HPあり ☒ sisitsuka.edu@gmail.com
●竹園土曜ひろば
竹園交流センター 参加申込はHP申込フォームから
参加問合せ ☒ takezonohiroba@gmail.com
●多文化子育てコミュニティ にほんごでおしゃべり！
にほんごでおしゃべり！プロジェクトチーム
Zoom、市内施設や公園など もうしこみはインスタから↓
oshaberinihongo tsukuba でけんさく
☒ oshaberinihongo@gmail.com
●中央図書館「おはなし会」
「中央図書館 おはなし会 つくば」で検索
お話会グループが持ち回りで担当 TEL029-856-4311
●つくば子ども劇場 (事務所移転しました)
催しにより会場が異なります。TEL090-1224-9432
つくば市上ノ室1811-2 (月曜10-12時、水曜13-15時)
インスタあり ☒ 298kodomogeekijo@gmail.com
●つくばdeプレイパークひろめ隊
中央公園 / 研究学園駅前公園
FB/インスタあり(298playpark)
●つくば自然育児の会
「例会」月により場所が異なります。要申込。
外遊び「はらっぱ」流星台プレイパーク。
月1回程度、申込不要 FBあり インスタ→
☒ tsukubaraisingchildren.kengaku@gmail.com
●つくば子ども支援ネット

遊びにいこう！つくば市地域子育て支援拠点



●市内11カ所につくば市地域子育て支援拠点があります。出張子育て広場も8箇所で行われています。最新情報は、市のHP<地域子育て支援拠点>で。

☒ kodomoshien.net.tsukuba@gmail.com
HP/FBあり
●のうさぎ文庫
上広岡 野田団地内 TEL070-3245-3014(阿部)
●パネルシアターゆめぽぽ
並木児童館 TEL029-851-5331
●ままとーん「つどいの広場」「ぱのわ」
つくば市赤塚609-109 昼食可
TEL029-838-5080 インスタあり
●リズムの森(Rhythm+)
みどりの南小学校他 HP/インスタあり→
☒ wellbeinghappymam@gmail.com
●YMCAみどりのつぼみ保育園
つくば市谷田部1560-3 園庭開放
TEL029-886-8890 HP/インスタあり
●わらべうたの会♪つくんこ
中央公園(雨天時 吾妻西児童館)
☒ tukunko1999@yahoo.co.jp (QR→)
ブログ:『つくんこ♪うたとも♪わらべうた』HPあり

カレンダーの配布・掲載場所について

※市内各地域子育て支援拠点、児童館、地域交流センター、保健センター、つくば市民センター、市役所、医院等に置いています。
●配布協力医院等のご紹介
・あおきこどもクリニック(研究学園4-4-11)
・あかつかこどもクリニック(東2-31-8)
・つくばキッズクリニック(島名2610-1)
・なないろもあバースクリニック(西大沼637-6)
・なないろキッズクリニック(西大沼637-6)
・二の宮越智クリニック(松野木187-3)
・ヒルトップクリニック(佐1004)
・なの花薬局つくば並木店(並木4-1-3)
・つくば公園前ファミリークリニック(水堀 485-1)

※このカレンダーをwebで見つけたいときは…
①かるがものHPから(おもて面にQRコードあり)
②FBから↓ ③つくば市HPから
↓ > サイトマップより「子育てナビ」
↓ > 「お知らせ・イベント情報」
↓ > 「子育て支援団体イベントカレンダー」の
↓ 「つくば子育てカレンダー(外部リンク)」