

親子のサークル・集まり

入園前のお子さんと一緒に親子で楽しめる育児サークルや、子どもと一緒に参加できる子育て中の人を対象としたサークル・集まり・おしゃべり会などを紹介します。



※会場が変更になる場合があります。はじめての参加・見学等の際は事前にご連絡ください。

※問合せ先の記載がないサークルの連絡先は代表の方の電話番号になります。連絡をとりたい時は、子育て info (025-526-1214) に番号をお問合せください。

子どもと一緒に楽しもう♡

★よちよちの会

【場】上越市カルチャーセンター（有田地区公民館）
【時】月1回 最終月曜日 10:00-14:00
【¥】参加費 500 円＋別途ランチ代や
その他内容による

ねんねの赤ちゃんから親子で参加できる子育てサークルです。ハロウィン、クリスマスなど季節の行事も楽しんでいます。上越に来たばかりの方も大歓迎です。

★いち・に・さんぽ会（上越おやこ劇場）

【場】上越市内の公園
【時】土日の不定期開催
【¥】参加費 700 円・会員は無料
【問】080-5185-6033

さあ、みんなでお散歩に出かけよう！合言葉は「だいぼうけん」！のんびり散歩したり、遊んだりしながら楽しい時間を過ごして、ママも一緒にリフレッシュしましょう♡

★ぽかぽか（上越おやこ劇場）

【場】オーレンプラザ他
【時】平日（月1回）10:15-11:30
【¥】【問】いち・に・さんぽ会と共通



Instagram

0歳～3歳のお子さんを対象に、季節の歌を歌ったり、ママと子のふれあい遊びをしたり、最後はおしゃべりタイムでゆったり♪リラックスしながら楽しい時間を過ごしましょう♪

★森の子育て広場「てくてくおさんぽ組」

【場】金谷山公園、五智公園
【時】水曜日（月2回）9:45-13:30
【¥】500 円/回
【問】NPO法人緑とくらしの学校 025-523-5166
info@green-life-school.or.jp

おさんぽ組は、幼児期のお子さんと親御さんが自然とふれあう場です。0～3歳児の親子が集い、森や里山のお散歩、季節の手仕事を乐しみます。

★ポケット倶楽部

- 【場】子育て応援ひろばふう、市民プラザ
【時】主に平日（月1回程度）
【¥】なし
【問】NPO法人マミーズ・ネット
025-526-1099



LINE

子どもと一緒に楽しめるお出かけスポットや飲食店などの情報交換をしたり、お出かけしたりします。活動内容は「子育て応援誌 With Kids NEWS」の誌面に掲載されます。

★いちごひろば

- 【場】Instagramで確認
【時】月1回 10:00-14:00
【¥】500円
別途ベビーマッサージ500円（上越市民は初回無料）
【問】NPO法人ふぁみりり famireli.joetsu@gmail.com

1ヶ月検診前の産褥期・里帰り中でも参加できるオンラインと、リアルでの開催とのハイブリット型のひろば。生後2週間から楽しめるベビーマッサージを希望者に行っています。

★ぽぽ広場

- 【場】ぽぽの家（大貫1-15-14）
【時】第1,3火曜 10:00-12:00
（1月は第2,4火曜/2月は第1,4火曜/8月は休み）
【¥】なし
【問】NPO法人ささえ愛みんなの家
025-523-2033

就園前の児童とその家族の皆さんが、自由遊びや集団遊び、親子ふれあい遊び、絵本読みかせ、歌や楽器でのリズム遊びなどを楽しんだり、高齢者・障害者の人など多くの人たちとふれあう広場です。みんな一緒に遊ぼうよ！

★ピタゴラキッス

- 【場】妙高市内
【時】土日祝を中心に不定期開催
【¥】内容による
【問】NPO法人ゆめきゃんぱす（P59参照）

0～12歳までの幅広い年齢のお子さんを対象にした子育てサークルです。子どもも楽しい、家族も楽しいをめざして活動予定です。ご兄弟、ご家族ぐるみでの参加をお待ちしています！

★あのおカフェ

- 【場】妙高高原
【時】月1回程度
【¥】お茶会費300円、
他イベントによる
【問】LINEより



LINE

妙高高原で季節に合わせたイベントを開催しています。妙高高原での子育てが楽しくなるように、いろいろ計画しているので、ぜひ遊びにきてくださいね♪

親のつながりや情報交換♡

★食育サークルmamma

- 【場】オーレンプラザ、春日謙信交流館
【時】月1回月曜（または火曜）
10:00-13:00
【¥】1回1500円 内容により変動あり
【問】Instagram
@mamma.j.2021.4



Instagram

子連れで参加できる「食」をテーマにしたサークル。クリスマスなどのイベントメニュー、塩麴づくり、普段の食事から取り分けて作る離乳食の作り方などを伝えます。子連れ参加もママのみ参加も大歓迎です！

★さくらんぼくらぶ

【場】市民プラザ・オーレンプラザ
 【時】偶数月第3日曜 10:00-12:00
 【¥】なし（もしくは200円程度の実費あり）
 【問】Instagram
 @sakuranboclub_joetsumyoko



Instagram

上越市近郊の多胎児家族のサークルです。妊婦さんパパさんも多数参加中。こんな時どうしてる？どう乗りこえた？おしゃべりしましょう。お譲りなどもサポートしています。多胎児家族の笑顔が増えますように。

★ホワイトボードミーティング® de おしゃべり会（上越おやこ劇場）

【場】市民プラザ
 【時】月1回 土日不定期開催
 【¥】無料（おやこ劇場会員限定）
 【問】080-5185-6033

日頃の子育てをゆっくり振り返ります。ホワイトボードに意見を可視化していくので、ご自身の思考整理につながります。楽しくおしゃべりして、心がスッキリばかばかに♪

★ちおの会

【場】市民プラザ
 【時】偶数月 第3土曜 10:00-13:00
 【¥】なし

ジャパンマシニスト社発行の子育て雑誌「ちいさい・おおきい・よわい・つよい」の読者会です。本誌以外の話題もたくさん。ご参加おまちしています。

★上越友の会

【場】市民プラザ、直江津学びの交流館
 【時】毎月1回
 【¥】500円/月

「婦人の友」愛読者の集まりです。30代～80代の子育て中の母親と身近な生活の中から衣・食・住・家計・子どものことについて学び合っています。

★シングルママの会

【場】上越市内
 【時】不定期
 【¥】なし（内容で変動あり）
 090-4061-6730
 【問】Instagram @kokororoom333

シングルママ同士のあたたかい繋がりをつくっています。みんなで楽しくおしゃべりしましょう。これからシングルママになる方も大歓迎。弁護士の個別相談あり（不定期）

★すくすくたんぽぽ広場

【時】第2火曜 10:00-12:00
 （1月・2月は第3火曜/8月は休み）
 【場】【¥】【問】ぽぽ広場（P57）と共通

①低体重で生まれた就園前児童とその家族
 ②障害など発育・発達に不安のある就園前児童とその家族の皆さんが、歌や手遊び、親子遊びなどをしたり、親同士の情報交換や同じ悩みを克服した「先輩」や専門家の話を聞いて、みんなで明るく過ごす広場です。

★にじいろ 上越 発達障害・特性とともに生きる子どもと家族の会

【場】上越地域
【時】不定期
【¥】なし（内容で変動あり）
【問】Instagram @_niji_iro_
<http://r.groope.jp/nijihiro>



HP

発達障害や、様々な特性をもつお子さんと家族の会です。特性の有無に関わらず、みんなが安心して参加できるワークショップや、おうちの方のお話し（月1回）などを開催しています。

★KOKORO ママの会

【場】上越市内 【時】不定期
【¥】なし（内容で変動あり）
【問】090-4061-6730
Instagram @kokororoom333

不登校や登校しづり、場面緘黙症、発達障害、特別支援学級、HSC などのお子さんを持つママたちのコミュニティです。みんなでおしゃべりしましょう。

★Smile Link

【場】上越地域
【時】不定期【¥】なし
【問】Instagram
@smile_link21
info@smile-link21.com



Instagram

ダウン症や様々な障がいのあるお子さんと家族のためのサークルです。療育、制度、就園、就学等、色々な情報交換をしたり共有をして笑顔の増える育児を一緒にしましょう。

おしゃべり会

お子さんと一緒に参加できる、おしゃべり会です。参加費は無料です。

★ベビママバスケット

【場】妙高市いきいきプラザ
【時】第4木曜 13:30-14:30
【¥】無料・絵本のプレゼントあり
【問】NPO 法人ゆめきゃんぱす
0255-70-6513

生後1か月～3か月の赤ちゃんを初めて育てているママのおしゃべりの場です。育児相談もできます。参加申し込みが必要。運転が心配な方は無料送迎も相談可（妙高市在住の方）

★おしゃべりん場（ゆめきゃんぱす）

【場】妙高市いきいきプラザ
【時】第1・3月曜 13:30-15:00
（祝日の場合は変更）
【問】NPO 法人ゆめきゃんぱす
0255-70-6513
yumecan.jimukyoku@wonder.ocn.ne.jp

0歳のママとマタニティママのおしゃべり広場です。保健師さんや助産師さんを変えて楽しくおしゃべりしましょうね。申し込みが必要です。

★こどもセンターおしゃべり会

※P49をご参照ください