



みんなでつくる子育てひろば  
**亀戸みずべかわらばん**

2024年  
 2月号  
 NO.22



「冬ならではの…」

新年を迎え、気付くともう2月を迎えようとしています。

さて、1月の半ば頃だったでしょうか。とても寒い日に、お昼過ぎから薄っすらと雪が積もり始めましたね。少しの間ではありましたが、雪がしんと降り積もっていく光景は、大人の私でも気持ちが踊るような感覚になりました。しかしそれは一瞬のことで次の瞬間には「電車は動いているかな…。」「ちゃんと家に帰れるかな…。」「転ばないように歩かなきゃ」と、急に現実に戻されてしまうのが大人なんですね…。暖冬と言われている今季ですが、こどもたちには、冬ならではの冷たい風が頬に当たる感覚や雪の感触、雪の音…等、自然を存分に感じてほしいと思います。まだもう少し寒く厳しい冬が続くそうです。寒い日には心も体も温まる美味しい食べ物で乗り切っていきたいですね。

山澤 美津子



☆**亀戸みずべDAY**☆

～おめでとう！みんな大きくなりました～

3月14日(木)

この一年の成長をみんなでお祝いしましょう！

☆おはなし会スペシャル☆

14:30~15:00

佐藤芳子さんがスペシャルパ  
 ーションのおはなし会をしてくだ  
 います♪  
 予約は必要ありません。

☆フォトフレーム

カードを作ろう☆

10:00~12:00

14:00~16:00

お子さんの成長記念&頑  
 張った自分へのメッセージ  
 を書こう！予約は必要あり  
 ません。

☆チェキで撮影☆

10:00~12:00

14:00~16:00

この一年の成長を  
 写真に残そう(´▽`)/  
 予約は必要ありません。

☆ハイハイレース☆

10:15~11:30

定員30名

(WEB申込のみ)

事前予約制です。

詳細は後日  
 ポータルサイトに  
 てお知らせします。

## 亀戸みずべ2月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
【ひろば】 火～土10:00～16:00 【ランチタイム】 12:00～13:30 区外の方もご利用いただけます。				1	2	3
4	5 出張ひろば (青少年交流プラザ)  ひろばやすみ	6 ★かめさんの のんびりタイム	7 元気キッズ	8 ★ベビーマッサージ	9 おはなし会	10 ★誕生会  ★ベアヨガ
11	12 振替休日	13	14 ◎KOTOハッピー トレーニング講座 (単発) ★ベビールーム(mana)	15 おはなし会  ★助産師さんの 個別相談	16 出張ひろば 亀戸北地区集会所 ★ハンド トリートメント	17 ◎KOTOハッピー トレーニング講座
18	19 出張ひろば (亀戸スポーツセンター)  ひろばやすみ	20 ★かめさんの のんびりタイム	21 ★ベビールーム(ulu)	22	23 天皇誕生日	24 ★パパカフェ
25	26 すこやかマンデー  ひろばやすみ	27 ★ようこそみずべへ	28 すこやか測定(午前)	29 すこやか測定(午後)	プログラムのご利用は 江東区の方優先にさせて いただきます。	

### ★マークのプログラムについて

- ・カレンダー★マークのプログラムはWEBのお申込みが申込日10:00～可能です。
- ・子育て情報ポータルサイトの各プログラム詳細ページよりお申込みください。
- ・初回お申込み時に参加利用者登録をする必要があります。
- ・WEBでのお申込みの場合、当日17:00以降メールにてご連絡いたします。

### ★パパcafe～パパのひろば～ (事前予約制/WEB予約可)

2月24日(土) 10:30～11:30  
パパとお子さんで集って遊んだり、情報交換したりしませんか。パパのみずべデビューにいかがですか。プレパパも大歓迎です!!

定員: 7組程度

申込: 1月25日(木) 10:00～

2月16日(金) 16:00(抽選)



### ★ベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

2月8日(木) 10:30～11:30

心地よいベビーマッサージを通して、赤ちゃんとのふれあいタイムを体験してみませんか?

対象: 首がすわったころ～ハイハイ前までの  
お子さんとママ

定員: 8組程度

持ち物: バスタオル・ハンドタオル・

お子様の着替え・オムツ・ミルク

申込: 1月25日(木) 10:00～

2月1日(木) 16:00(抽選)

※予防接種72時間以内のベビーマッサージは避けてお申込みください

※動きやすい服装でお越しください



### ★助産師さんの個別相談 (電話のみの事前予約制)

2月15日(木) 13:45～15:05

おっぱいに関すること、産前産後の心身の変化、赤ちゃんの体重の増え等、助産師さんに個別にご相談いただけます。

定員: 4組(一人20分)

申込: 2月8日(木) 10:00～(先着)

### ★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

2月10日(土) 11:00～11:30

2月生まれのお子さんのお誕生日をみなんでお祝いしましょう。

対象: 2月生まれの方



### ★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

2月14日(水) mana class(マナクラス)

…6か月くらいまで

2月21日(水) ulu class(ウルクラス)

…6か月以上1歳まで

お時間はいずれも14:30~15:30

月齢に合わせて2つのクラスがあります。同じくらいの月齢の子が集まります。皆さんでお話したり情報交換しませんか。

定員: 7組程度

対象: mana class: 6か月くらいまでの親子

ulu class: 6か月以上1歳までの親子

申込: 1月25日(木) 10:00~

2月7日(水) 16:00(抽選)



### ★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

2月27日(火) 14:30~15:30

みずべってどんなところ?いつ行ったらいいか迷う方、このプログラムをきっかけにいらっしやいませんか。

定員: 10組程度

申込: 1月25日(木) ~随時申込受付中



### ★ハンドトリートメント

(事前予約制/WEB予約可)

2月16日(金)

①14:00~14:15 ②14:20~14:35

③14:40~14:55 ④15:00~15:15

⑤15:20~15:35

お母さんのためのハンドマッサージです。ひとときの癒しの時間を体験してみませんか?

定員: 5組

申込: 2月9日(金) 10:00~16:00(抽選)

※人気のプログラムのため

1人1回の利用とさせていただきます。

※希望の時間帯、いくつでも抽選可能です。

※おさんはひろば内でスタッフが保育します。

※始まる5分前には来所をお願いします。



### ★かめさんののんびりタイム

(事前予約制/WEB予約のみ)

①2月6日(火) ②2月20日(火)

10:15~10:45

11:00~11:30 (各1名ずつ)

別室でお子さんと離れる時間を持ってみませんか?お子さんはひろばでスタッフがお預かりします。保護者の方はセンターの中の個室で、お茶を飲んだりスマホを見たり、一人の時間を自由に楽しめます。

対象: 生後間もなくから(江東区民限定)

申込: ①1月30日(火) 10:00~16:00(抽選)

②2月13日(火) 10:00~16:00(抽選)



### ★ペアヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

2月10日(土) 14:30~15:30

仕事や育児など普段の疲れを一緒にリフレッシュしませんか?

定員: 6組程度

対象: ・妊娠中のご夫婦

・ハイハイ前のお子さんがいるご夫婦

・お母さんとそのご両親どちらかのペア

講師: 小澤めぐみさん(ヨガ教室アート)

申込: 1月25日(木) 10:00~2月2日(金) 16:00(抽選)

※プレマは妊娠17~37週

※動きやすい服装でお越しください

今回はペアで参加できます!  
いつもとちょっと違うヨガタイムをお楽しみください!



プログラムの申し込みはこちらから。予定表の確認できます。  
(ポータルサイト)



### 我が家のくすっとエピソード(^▽^)

2歳になってすぐの夏、スーパーへ買い物に行った時のことです。

ショッピングカートに乗ってほしくて

「いいな~すーちゃん。

お母さんも乗りたいな~」

と乗ってくれるよう誘導したところ、

「お母さんは入らないと思うよー」

と言われました。

予想外のお返事だったので、思わず笑ってしまいました。

(すずはさんママ)

★皆さんのくすっとエピソードを募集しています!



## 出張ひろば

亀戸みずべのスタッフが出張します。  
いろいろな玩具で自由に遊べるひろばです。  
予約不要です。

### 青少年交流プラザ出張ひろば

月日：2月5日(月)  
時間：10：00～11：45  
場所：青少年交流プラザ/多目的ルームB  
(亀戸7-41-16)

### 亀戸スポーツセンター出張ひろば

月日：2月19日(月)  
時間：10：00～11：45  
場所：亀戸スポーツセンター/体育館  
(亀戸8-22-1)

### 亀戸北地区集会所出張ひろば

月日：2月16日(金)  
時間：10：00～11：45  
場所：亀戸北地区集会所/2階和室  
(亀戸4-21-18)



## <子育て相談>

面接 9：00～17：30  
電話 9：00～18：00

子育ての悩みや不安、子どもの成長・発達についての心配などありましたら、いつでもお電話、あるいはスタッフに声をかけてください。一緒に考えていきましょう。(月曜日には相談日を設けています。事前予約制となります。)

## <家族相談>

杉山 由希子先生(公認心理師)  
2月13日(火)/2月22日(木)

①10：00～ ②11：00～ ③12：00～  
定員：各日3名

家族の問題、お母さん自身の悩みについての相談や思いを語れる場所になっています。事前予約制です。

## <発達相談>

濱田 純子先生(臨床心理士)  
2月20日(火)

①13：00～②14：00～③15：00～  
定員：3名

言葉が遅い、人との関わりが少しとりづらい…などの個別の発達相談です。事前予約制です。



## おはなし会

2月9日(金) 14：30～15：00  
2月15日(木) 10：30～11：00

0歳の赤ちゃんから年齢を問わず楽しめる内容になっています。予約不要です。

## すこやか測定

2月28日(水) 10：00～11：45  
29日(木) 14：00～15：45

お子さんの身長・体重をスタッフと一緒に計測できます。日々の子育てのお話を一緒にしていきましょう。予約不要です。



## 元気キッズ

～大きい子のお部屋を開放します～  
2月7日(水) 10：00～11：30

1歳半くらいからのお子さんを対象に、体験学習室を開放します。いつもとちょっと違うおもちゃもあるのでぜひ遊びに来てくださいね。予約不要です。

## すこやかマンデー

2月26日(月) 10：30～12：00

主に発達に心配のあるお子さんやしょうがいのあるお子さんを対象にしたひろばです。ゆったりしたひろばで思いっきり遊びましょう。予約不要です。

## \*自転車利用についてのお願い\*

- \*貴重品、お荷物は館内のロッカーをご利用ください。
- \*駐輪する場合は、自転車利用カードを付けてください。(緑の札が玄関にあります。)

ご協力よろしくお願いたします。



江東区亀戸子ども家庭支援センター “みずべ”

〒136-0071 江東区亀戸6-31-26

電話 03-3683-1101 Fax 03-3683-1102 相談専用電話 03-3683-1103

E-mail kameidokosodate@unchusha.com URL <http://koto-kosodate-portal.jp/mizube/>

(指定管理者：社会福祉法人 雲柱社)