



7月のプログラム

あそびのひろば

火曜日～土曜日 10:00～16:00
どうぞ親子で遊びにいらしてください♪

日	月	火	水	木	金	土
	1 相談室 ひろばお休み	2	3 ◎グループ懇④ 10:30～ わらべうた 13:30～/14:00～	4	5 ◎リトミック 10:20～ 11:00～	6
7	8 相談室 ひろばお休み	9 おはなし会 11:00～	10 ◎グループ懇⑤ 10:30～	11	12	13
14	15	16 すくすく 10:00～ おはなし会 14:00～	17 ◎グループ懇⑥ 10:30～	18 すくすく 14:00～	19	20
21	22 相談室 ひろばお休み	23 おはなし会 11:00～	24 ◎名札づくり 14:00～	25 ◎ようこそみずべへ 14:00～	26	27 誕生会 11:00～
28	29 相談室 ひろばお休み	30 ◎骨盤体操 10:30～ 11:10～	31 ◎卒乳講座 10:30～			

◎のプログラムは事前予約が必要です。3週間前からの受付となります。窓口か電話でお申し込みください。受付 10:00～16:00
※江東区在住の方優先とさせていただきます。

8月のプログラム



日	月	火	水	木	金	土
	出張ひろば			1	2	3
	☆枝川出張ひろば(枝川区民館) ☆深川出張ひろば(深川スポーツセンター) 7月4日(木) 2F和室 8月1日(木) 2F和室	7月11日(木)、8月8日(木) 2F和室 7月25日(木)、8月22日(木) 2F多目的室				
4	5 相談室 ひろばお休み	6	7 わらべうた 10:30～ 11:00～	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 相談室 ひろばお休み	20 夏の 特別おはなし会 11:00～	21	22	23	24
25	26 相談室 ひろばお休み	27	28 ◎ようこそみずべへ 10:30～	29 ◎プレママゆる体操 10:30～	30	31 誕生会 11:00～

ようこそみずべへ

はじめて訪れる方へ、みずべの紹介や出会いのプログラムを用意してお待ちしています。

日時：7月25日(木) 14:00～
8月28日(水) 10:30～

対象：生後6ヶ月頃までのお子さんと保護者の方
定員：各回8組程度 申込み受付中です。

助産師さんの卒乳講座

卒乳はいつ頃？どのタイミングで？助産師さんを囲んで、お話しを聞いてみましょう。

日時：7月31日(水) 10:30～11:30
定員：10組
申込み：7月10日(水)～ 先着順です

夏の特別おはなし会

部屋の電気を消して、
光るブラックシアターを楽しみましょう。
日時：8月20日(火) 11:00～

相談

子育て相談

子育ての悩みや不安など、いつでもお電話、あるいはスタッフに声をかけて下さい。一緒に考えていきましょう。
月曜日～土曜日

・面接 9:00～17:30 ・電話 9:00～18:00

臨床心理士による個別相談も行っております。事前にお申込み下さい。

家族問題相談

家族の問題、お母さん自身の悩み等についての相談。
7月12日(金)・26日(金) 10:10～
8月7日(水)・21日(水) 10:10～

発達相談

8月17日(土) 13:00～

すくすく測定

7月16日(火) 10:00～12:00

18日(木) 14:00～15:30

※8月のすくすく測定はお休みです。

骨盤体操

親子で一緒に骨盤の歪みを整えて、産後の身体をケアしましょう！整体師の尾崎さんが教えて下さいます。

日時：7月30日(火) 申込み：7月9日(火)～
9月11日(水) 申込み：8月21日(水)～
先着順です

①10:30～ ベビー10組

(首が座っているお子さん～ハイハイまで)

②11:10～ キッズ 10組(よちよち～2歳まで)

持ち物：飲み物・タオル ※動きやすい服装

助産師さんのプレママゆる体操

妊婦さんでもできる体操です。血液の循環が良くなり、肩こりや腰痛などの症状が改善します。

日時：8月29日(木) 10:30～11:30

定員：10組程度 対象：妊娠16週以上の妊婦さん

申込み：8月8日(木)～

※申し込み多数の場合抽選となります

※上のお子さんには保育があります



後期のグループ懇談会 始まります！

話したいテーマを自由に出し合う、連続6回の懇談会です。臨床心理士の瀬川未佳さんが進行役としてお手伝いして下さいます。

対象：1歳から2歳のお子さんの保護者の方

※おさんはひろばで保育します

定員：8名程度 講師：瀬川未佳

申込み：8月28日(水)～ 先着順

日時：(全て水曜日) 9月18日

10月2日・9日・16日・23日・30日

10:30～12:00

※連続6回の講座です。全日程参加できる方を優先とさせていただきます

すこやか Monday

7月1日(月)/8月5日(月) 第一月曜日 10:30～12:00

おもに発達に心配のあるお子さん、障がいのあるお子さん親子を対象にしたプログラムです。ゆったりしたひろばで思いっきり遊びましょう。