



# 深川北 みずべ12月のプログラム

◎のプログラムは事前予約が必要です。  
なお相談に関しては随時受け付けています。  
また電話でも受け付けできます。

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ★深北出張ひろば ひろばやすみ	3	4 クリスマスの集い 10:15~11:00	5 <b>baby room</b> 13:15~14:45	6	7 ◎パパとベビータッチ 10:15~11:30 佐藤さんのお話会 14:00~14:30
8	9 ひろばやすみ	10 ◎グループ懇談会◎ 10:15~12:00	11 おはなしかい 10:30~11:00	12 ◎ハピトレ講座	13 ★小松橋出張ひろば	14 ◎パパcafé 10:30~12:00 ◎マタニティヨガ 13:30~15:00
15	16 すこやかマンデー ひろばやすみ	17 ◎ハンドトリートメント 10:15~12:00 ◎助産師さんの個別ケア 13:45~15:30	18 すこやか測定 10:15~11:30	19 すこやか測定 10:30~11:45 ◎ようこそみずべへ 14:00~14:30	20 すこやか測定 10:30~11:45	21 誕生日会 11:00~11:30
22	23 ひろばやすみ	24 みずべ会議 14:00~14:30	25 <b>baby room</b> 13:15~14:45	26	27	28
29	30	31	<b>☆お知らせ☆</b> 12/30(月)~1/3(金)まで ひろばはお休みとなります。 年始は1/4(土)からです。よろしくお願ひ致します。			

## すこやかマンデー 16日(月) 10:30~12:00



おも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の親子を対象にしたプログラムです。ひろばがお休みの月曜日の午前中、思いっきり遊びませんか？

## すこやか測定 18日(水) 10:15~11:30 19日(木) 10:30~11:45 20日(金) 10:30~11:45



お子さんの身長・体重をスタッフと一緒に計測できます

## 助産師さんの個別ケア 17日(火) 13:45~15:30

個別で助産師の相談や手当を受けることができます。おっぱいに関すること(乳腺炎・おっぱいの量)産前・産後の心身の変化、自宅分娩についての相談や赤ちゃんの体重の増えなど 育児相談もできます。  
☆20分ずつ 定員:4名  
☆12月3日(火)10:00より電話にて受付



## ☆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。



## ☆ハンドトリートメント

17日(火)10:15~11:55  
お母さんのためのハンドマッサージです。  
人数が限られていますので1回のみのお受付になります。  
15分ずつ 定員5名  
☆申込み: 12月3日(火)10:00~

## ☆パパとベビータッチ

7日(土)10:15~11:30  
首がすわったところからハイハイ前までのお子さんが対象です。  
人数が限られていますので、1回のみのお受付になります。

申込み:11月26日(火)10:00~

電話受付 定員8名  
☆予防接種72時間以内のベビータッチは避けてお申込み下さい。

## "baby room"

~ようこそ赤ちゃん~  
5日(木)・25日(水)13:15~14:45

みずべには小さな赤ちゃんがねんね、ごろごろできる広いお部屋があります。いつ来ても遊べますが、この日はさらに赤ちゃんウェルカムの日としてお待ちしております♪



☆出入り自由、申込みは必要ありません。  
☆自由に体重計測が出来ます。  
☆14時30分くらいからふれあい遊びの時間があります。

## ようこそ!みずべへ

19日(木)14:00~14:30  
「赤ちゃんが生まれたら、どこへ行こうか?」  
「みずべって どんなんところだろう?」...  
と考えている プレママ、パパさんや初めてみずべを利用する方のためにみずべのご紹介や出会うのプログラムを用意してお待ちしています。  
☆定員:8組(要予約)  
☆申込み受付: 受付中



## <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、こどもの成長・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ので 事前にお申込みください。

## <家族相談>

12月10日(火) 13:00~16:00  
12月24日(火) 10:00~13:00  
家族の問題、お母さん自身の悩みについての相談。前もってお申込みください。



## <発達相談>

1月18日(土) 13:00~16:00  
ことばが遅い、人との関わりがちよっととりづらいなどの個別の発達相談です。前もって申込みください。

## マタニティヨガ 14日(土)13:30~15:00

対象:妊娠17週~37週までの妊婦さん  
第一子の妊婦さん  
講師:yoga instructor みづほさん  
定員:6名 ☆申込み受付:随時受付中

今回は  
午後です

## みずべ会議 24日(火) 14:00~14:30

よりよい「ひろば」づくりを目指しお母さん、お父さん、ボランティアさんスタッフでひろばの環境や利用者の意見、要望についてそれぞれの思いをもちより、話し合う場です。初めの方でも大歓迎です。皆さまの参加お待ちしております。

## ★深北子育てひろば(出張ひろば)

場所:深川北スポーツセンター1F研修室  
2日(月) 10:00~11:45

## ★小松橋 子育てひろば(出張ひろば)

場所:小松橋区民館 3F和室  
13日(金) 10:00~11:45



★各種講座については、区内の方を優先とさせていただきます。