

## 《相談》

### 子育て相談

子育ての悩みや不安、こどもの成長発達についての心配がありましたら、いつでもお電話、あるいはスタッフに声をかけて下さい。一緒に考えて行きましょう。月曜日には相談室を設けていますので、事前にお申し込み下さい。

月曜日から土曜日 9:00~17:30

(電話は9:00~18:00)

### 家族相談

家族の相談、お母さん自身の悩みなどについての相談です。事前に予約してください。

専門相談員 龍野陽子先生

1月12日(火) 13:30~

### 発達相談

専門相談員による個別の発達相談を行っています。事前に予約してください。

専門相談員 井上 明子先生(公認心理士)

1月16日(土) 13:30~

## 《講座参加 申し込み方法》

◎印の講座は事前に申し込みが必要です。

月曜日から土曜日 10:00~16:00 に、窓口か電話でお申し込み下さい。原則3週間前から受け付けます。江東区の方を優先させていただきます。

## 《ひととき保育》

月曜日から金曜日

9:00~12:00、13:00~17:00

(1時間単位で、1日あたり3時間以内)

☆対象 江東区在住で保育園・幼稚園に在籍していない方(生後6ヶ月から就学前まで)

☆登録受付日時

(利用には登録が必要です)

月・水 10:00~12:00、14:00~16:00

※登録面接も事前予約制です。面接したい日の前日(金曜日、火曜日)にお電話にてお問合せください。



# 南砂みずべ

## 1月のプログラム



| 月                     | 火   | 水  | 木  | 金                         | 土                                |
|-----------------------|---|--|--|---------------------------|----------------------------------|
|                       |   |  |  | 1                         | 2                                |
|                       |  KAGAMI MOCHI |  DARUMA |  SHOU CHIKU BAI | /                         | /                                |
| 4<br>相談室<br>(ひろばお休み)  | 5   | 6  | 7<br>◎助産師さん<br>の個別相談<br>10:30~   | 8                         | 9                                |
| 11                    | 12<br>◎家族相談<br>13:30~   | 13   | 14   | 15<br>◎避難訓練<br>11:00~     | 16<br>◎発達相談<br>13:30~            |
| 18<br>相談室<br>(ひろばお休み) | 19  | 20   | 21   | 22<br>◎リフレクソロジー<br>10:30~ | 23<br>◎プレママ・<br>プレパパ講座<br>10:30~ |
| 25<br>相談室<br>(ひろばお休み) | 26  | 27   | 28   | 29                        | 30                               |

### ◎砂町子育てひろば

1月21日(木) 10:00~11:30

場所 砂町区民館(北砂4-7-3)

\*当面の間は事前予約制・定員5組程度で行います。

申込:12月24日(木)~

定員:5組程度(先着順)

☆開催日の3週間前からお電話で予約をお受けしています。

### ~お知らせ~

ひろばに遊びにいらした時にはいつでも身長・体重測定ができます。お気軽にお声かけください。



### ◎すこやか Monday

1月18日(月) 10:30~12:00

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

☆事前申し込み制です。お電話でお申込みください。

### ◎助産師さんの個別相談

1月7日(木) 10:30~12:00

産前産後の体のこと、授乳のことなど気軽にご相談ください。

定員:3名(おひとり20分)

申込:11月17日(木)~

助産師:松井聡子さん

### 避難訓練(ひろば内)

1月15日(金) 11:00~11:30

AEDの使い方をみんなで学びましょう! ご協力をお願いします。

### ◎リフレクソロジー

1月22日(金) 10:30~11:30

ほど良い強さの足への刺激で、ほっと一息ついてみませんか?

定員:3名

申込:12月24日(木)、25日(金)の2日間のみ

講師:藤井朋代さん(みずべママ)

※定員を超えた時には抽選をします。

※初めての方を優先します。

### ◎ようこそ赤ちゃん

(プレママ・プレパパ講座)

1月23日(土) 10:30~11:30

助産師さんと一緒に沐浴やだっこひも体験などをします。出産、赤ちゃんのことなど助産師さんへの質問タイムもあります。

対象:第1子を迎える予定のご家庭

定員:3組程度

申込:12月19日(土)~