



「 こどもがひとり笑ったら… 」

梅雨も本番を迎え、毎日蒸し暑い日が続いています。夏まであともう少しといったところでしょうか。さて、ひろば右手の「はらっぱエリア」には、元気いっぱい坂を駆け上がって遊んでいるこどもたちや、ゆっくりと坂を登ったり下りたり、お母さんやお父さんと一緒に遊ぶ赤ちゃんで連日、大盛況です。「がんばって～!!」「もう少しだよ」とお兄ちゃんお姉ちゃんが赤ちゃんを応援している姿がとても可愛くて、周りのお父さんお母さんも自然と笑みがこぼれます。

「こどもがひとり笑ったら、大人百人幸せです」写真・ことば小西貴士/フレーベル社
私たちスタッフもいつもこどもたちの笑顔が溢れるひろばにしていきたいと思っています。

7月に亀戸みずべではプレママ、生まれて3カ月くらいまでのご家庭を対象に「ようこそみずべへスペシャル」を行います。「赤ちゃんが生まれたら、どこへ行こうか?」「“みずべ”ってどんなところだろう?」はじめての育児で戸惑うことや悩むこと、嬉しいことや楽しいことを助産師さんと一緒にみんなで話して楽しい時間にしていきたいと思っています。ぜひご参加ください。



山澤 美津子

🌻7/1(金)から平日(火～金曜日)に限り、自由来館を再開します。🌻

- ・ご利用は江東区民の方限定となります。・週に何回でもご利用いただくことができます。
- ・土曜日は事前予約制となります。

◎利用時間(火～金曜日・土曜日とも)

午前の部 10時～12時 ・ 午後の部 14時～16時

◎利用方法

①平日(火～金曜日)事前予約不要で利用できます。利用時間内はご自由にお越しください。

定員なし。ただし、施設内混雑時やプログラム状況により利用をお断りする場合があります。

②土曜日 各時間20組～30組程度

前日の事前予約制とします。受付時間:利用希望日の前日の9時～16時お電話にて。

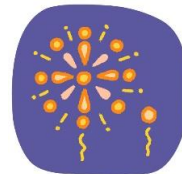
定員数に空きがある場合のみ、当日予約も受け付けます。

混雑時には、ポータルサイトの各みずべページにてお知らせします。

※詳しくはホームページをご覧ください。(下記QRコードから読み取りができます)

◎その他

・初回利用時は登録を行いますので、保護者の方の区内在住の分かる身分証明書をご持参下さい。



亀戸みずべ7月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						
3	4 相談室 亀戸スポーツセンター 出張ひろば ひろばやすみ	5	6	7 ◎ベビータッチ	8 おはなし会	9
10	11 相談室 ひろばやすみ	12 ◎プレママ・ベビママ ヨガ	13 ◎babyroom	14	15 かめのおたのしみDAY	16 佐藤芳子さんの おはなし会
17	18	19 ◎ハンド トリートメント ◎ようこそみずべへ	20	21 ◎助産師の個別相談	22 亀戸北地区集会所 出張ひろば	23 ◎ようこそみずべ スペシャル
24 31	25 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	26 わらべうた	27 みずべ会議	28 すこやか測定（午前）	29 すこやか測定（午後）	30

亀戸みずべ8月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
	1 相談室 ひろばやすみ	2	3	4	5	6
7	8 相談室 ひろばやすみ	9	10	11	12	13
14	15 相談室 亀戸スポーツセンター 出張ひろば ひろばやすみ	16	17	18	19	20
21	22 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	23	24	25	26	27
28	29 相談室 ひろばやすみ	30	31 ◎ようこそみずべへ			

◎マークのプログラムについて

- ・カレンダー内◎マークのプログラムは事前予約制です。各プログラムお申込み日の10：00～16：00にお電話にてお申込みください。申込者皆様にその日の16：30以降にお電話にて結果をお知らせいたします
- ・定員数に空きがある場合、翌日以降先着順にて受け付けます。
- ・◎マーク以外のプログラムは予約不要となります。



baby room（事前予約制）

7月13日（水）14：30～15：30

ねんねごろんの赤ちゃんとお母さんの交流の時間です。初めての出会いの場にいかがですか。

定員：7組程度

対象：6か月くらいまでの乳児親子（第一子）

申込：7月4日（月）10：00～16：00

※電話での事前予約制（抽選）



助産師さんの個別相談（事前予約制）

7月21日（木）13：45～14：45

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など、助産師さんに個別に相談いただけます

定員：4組（1人20分ずつ）

申込：7月11日（月）10：00～16：00

※電話での事前予約制（先着）



プレママ・ベビママヨガ (事前予約制)

7月12日(火) 10:30~11:30
妊婦さんもベビママさんも一緒にヨガでリフレッシュ
しませんか?

定員: 8組程度

対象: 妊娠17週~37週の妊婦さんもしくは産
後ハイハイ前までのお子さんとお母さん

講師: 小澤めぐみさん(ヨガ教室アートト)

申込: 7月4日(月) 10:00~16:00

※電話での事前予約制(抽選)



ベビータッチ (事前予約制)

7月7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
でのお子さんとお母さん

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: 7月1日(金) 10:00~16:00

※電話での事前予約制(抽選)

※予防接種72時間以内のベビータッチは避けてお申
込みください



ハンドトリートメント (事前予約制)



7月19日(火)

①10:15~10:30 ②10:35~10:50

③10:55~11:10 ④11:15~11:30

⑤11:35~11:50

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(1人15分ずつ)

申込: 7月11日(月) 10:00~16:00

※電話での事前予約制(抽選)

※今月より抽選となります。お申込みの際にご希望の
お時間をお伝えください

ようこそ!みずべへ (事前予約制)

①7月19日(火) 14:30~15:30

②8月31日(水) 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: まずはお電話ください。



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。

○亀戸スポーツセンター 出張ひろば

日時: ①7月4日(月) 10:00~11:45

②8月15日(月) 10:00~11:45

場所: 亀戸スポーツセンター(亀戸8-22-1)

○亀戸北地区集会所 出張ひろば

日時: 7月22日(金) 10:00~11:45

場所: 亀戸北地区集会所(亀戸4-21-18)



すこやか測定



7月28日(木) 10:00~12:00

7月29日(金) 14:00~16:00

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。

おはなし会

7月8日(金) 14:30~15:00

0歳の赤ちゃんから年齢を問わず楽しめる
おはなし会になっています。



すこやかマンデー



①7月25日(月) 10:30~12:00

②8月22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。

みずべ会議



7月27日(水) 14:30~15:30

みずべについてあれこれお話しませんか?

※「みずべ会議」とはよりより「ひろば」づくりを目
指し、利用者の皆さんと想いを共有しあう場です

かめのおたのしみDAY

7月15日（金）

内容はまだひみつ…どんなことをやるかは楽しみに！！
ぜひ遊びにいらしてくださいね。



わらべうた

7月26日（火）10：45～11：30

親子でゆったり、歌と遊びの時間を楽しみましょう。
0歳の赤ちゃんから年齢を問わずお楽しみいただけます。

講師：久津摩英子さん



<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。ひろばの中でも気軽にスタッフにご相談ください。（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）

7月14日（木） / 7月28日（木） / 8月25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）

7月20日（水）

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。

佐藤芳子さんのおはなし会

7月16日（土）14：30～15：00

読み聞かせのスペシャリスト佐藤芳子さんによるおはなしかいです。

講師：佐藤芳子さん



ようこそみずべスペシャル☆☆

（事前予約制）

7月23日（土）10：15～11：30

ようこそブレママパパさん！そしてまだみずべに来たことがないママさん、パパさん。ご夫婦ではもちろん、お1人でもOKです。（かわいいおみやげあります）

内容：みずべの紹介、ふれあいスキンシップ遊び
助産師さんもいらっしゃいます

対象：ブレママ・パパ、生後3か月くらいまでの赤ちゃんと保護者

定員：7組程度

申込：6月25日（土）10：00～16：00

※電話での事前予約制

※申込多数の場合、抽選とさせていただきます



〇お願い〇

暑い季節となり、サンダルを履く時期になりますが、保護者の方はご利用時衛生面などへの配慮から靴下の着用をお願いいたします

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/>