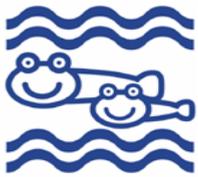


2022年

10月号

NO.206



みんなでつくる子育てひろば

深川北みずべかわらばん

『妊婦さんからみずべへ』

いつの間にか日差しが穏やかになり、お散歩が過ごしやすい季節になってきました。先日は、ベビーカー置き場でトンボを見かけ秋を感じた瞬間でした。

お母さん達から『もっと早く、みずべに(こどもと)来ればよかった!』『妊婦の時からみずべを知りたかった!』という嬉しい声を頂いてます。

こどもと一緒に行くところでは…?と思う方もいらっしゃると思いますが、ぜひぜひ妊婦さんの時からみずべへ遊びに来てほしいと思っております!

赤ちゃんを迎えるまでの大切な時間(マタニティライフ)の楽しみ方という記事を読みました。ゆっくりと美味しいものを食べる(食べに行く)、夫婦の時間や一人の時間を楽しむ、マタニティフォトを撮る等…色々ある中に【先輩ママや同じように妊娠生活を過ごしているプレママと話す。】という項目がありました。

妊娠中は体調の変化、ホルモンバランスの関係等で気持ちの不安定になる事もあるのではないのでしょうか。ひろばでは、赤ちゃんやママになったばかりの先輩たちが集っていますので、気軽にスタッフも入りながらお話をすることもできます。そして何よりも、実際に赤ちゃんが生まれてからの生活をイメージしやすいのではないのでしょうか。

一緒にこども達を見守りながら、大人たちも共に育ちあえるそんなひろばでありたいと思います。お近くに妊婦さんがいらっしゃるいましたら、みずべを是非ご紹介ください。

古山 祥代

各種プログラムのインターネット参加申し込みがスタート!

ぜひ一度ご登録ください!!

9月より一部のプログラムについて子育て情報ポータルサイト上で簡単に参加申し込み(※1)が行えるようになります。お手持ちのスマートフォンやパソコンよりぜひご利用ください。<ご利用方法>

- ①子育て情報ポータルサイトにアクセスする。
- ②各みずべの気になるイベントをクリックする。(※2)
- ③イベント詳細ページの下部に表示される「参加申込み受付中」より申し込む。(※3)

※1 抽選制の場合、抽選申し込みとなります。

※2 各みずべのイベントは各みずべのトップページおよび子育て施設イベントよりご確認ください。

※3 初回申込み時に参加利用者登録をする必要があります。

★今後のWEBプログラムの申し込み方法が変動することがあります。ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

江東区深川北子ども家庭支援センター “みずべ”

〒135-0005 江東区高橋14-6

電話 03-5600-8701

Fax 03-5638-7515

相談専用電話 03-5600-8708

E-mail fukagawakosodate@ka.baynet.ne.jp

URL <http://koto-kosodate-portal.jp/mizube/>

(指定管理者: 社会福祉法人 雲柱社)





深川北みずべ10

月のプログラム



日	月	火	水	木	金	土
◎のプログラムは 事前予約が必要です。予約電話は10時からとなります。						
2	3 深川北出張ひろば 相談室 ひろばやすみ	4 ◎baby room 14:00~15:00	5 おはなし会 11:00~	6	7 ようこそみずべへ 14:30~15:30	8
9	10 スポーツの日	11 ◎グループ懇談会② 10:00~12:00	12	13 ◎はぴトレ④ 10:00~12:00 (受付は終了しています) ◎プレママベビママヨガ 14:30~16:00	14 富岡北出張ひろば 10:00~11:45 ◎ハンドトリートメント 14:15~16:00	15 *江東区民まつり (木場公園) (10/15~10/16)
16	17 すこやかマンデー 相談室 ひろばやすみ	18 ◎2さいの子集まれ! FUKAKITA元気っこ 10:30~11:30	19 おはなし会 14:30~	20 ◎自然と遊ぼう 10:15~11:15	21 ◎助産師さんと話そう 13:45~14:45	22 ◎パパカフェ 10:15~11:15 ◎ふたごのつどい 14:30~15:30
23	24 相談室 ひろばやすみ	25 ◎グループ懇談会③ 10:00~12:00	26 すこやか測定 10:00~12:00 ◎baby room 14:00~15:00	27 ◎はぴトレ⑤ 10:00~12:00 (受付は終了しています)	28 すこやか測定 10:00~12:00	29 ◎パパとベビータッチ 10:30~11:30
30	31 相談室 ひろばやすみ					

リフレッシュひととき保育の 登録面接

毎週月曜日10時~12時/
14時~16時

前週金曜日の9時~16時に電話に
て事前予約をしてください。

ようこそ!みずべへ

初めてみずべを利用する方のための時
間です。

スタッフが丁寧にご案内します。

日時: 10月7日(金)
14:30~15:30

助産師さんと話そう

赤ちゃんの健康(授乳・離乳食・便秘・機嫌・夜泣
きなど)やお母さんの健康(産前産後の体調・おっ
ぱいケア)など気になることをグループでお話しし
ましょう。

日時: 10月21日(金) 13:45~14:45
定員: 4組 (先着)
申込み: 10月7日(金)~

すこやか測定

お子さんの身長・体重の計測をしながらス
タッフと日々の子育てのことなどを話しま
しょう。

日時: 10月26日(水)・28日(金)
10:00~12:00



baby room

子育て中の悩み、夜泣きで大変、人見知りが始まった、子どもが動き出すようになって、お部屋の中の環境どうする？など困っていることや悩みを共有しながらはじめてのママ友をつくりませんか♪

日時：①10月4日(火) ②10月26日(水)
③11月9日(水) ④11月24日(木)
全日14:00~15:00

対象：①、③6ヶ月くらいまで
②、④6ヶ月以上1歳くらいまで

定員：7組程度 (抽選)

申込み：①9月20日(火)~9月27日(火)
②10月12日(水)~10月19日(水)
③10月26日(水)~11月2日(水)
④11月10日(木)~11月17日(木)



<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、また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ので、事前にお申込みください。

<家族相談>

10月11日(火) 13:00~16:00

10月25日(火) 13:00~16:00

家族の問題、親御さん自身の悩みについての相談や 思いを語れる時間となっています。事前にお申込みください。

<発達相談>

11月19日(土) 10:00~13:00

お子さんの言葉や、人との関わり方が気になるなどの個別の発達相談です。事前にお申込みください。

WEB申込

2さいの子集まれ！ FUKAKITA元気っ子！

お部屋を貸し切って、同年代のお友達と楽しく遊びませんか。

日時：10月18日(火) 10:30~11:30

対象：入園前の2歳以上のお子さん

定員：5組 (抽選)

申込み：10月4日(火)~10月11日(火)

*汚れても良い服装で来てくださいね。

ふたごちゃんのつどい

ふたごちゃんならではの子育ての喜び・工夫などの体験を語り合う親子の交流の場です。

日時：10月22日(土) 14:30~15:30

定員：4組程度 (先着)

申込み：10月8日(土)~

パパとベビータッチ

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。

日時：10月29日(土) 10:30~11:30

対象：首がすわったころ

~ハイハイ前までのお子さんとお父

さん

定員：8組 (抽選)

持ち物：バスタオル・ハンドタオル

お子さんの着替え・オムツ・ミルク

申込み：10月15日(土)~10月22日(土)



おはなしかい

0歳の赤ちゃんから楽しめるおはなし会になっています。

日時：①10月5日(水) 11:00~

②10月19日(水) 14:30~

③11月2日(水) 11:00~

すこやかマンデー

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ひろばです。ゆったりとしたひろばで思いっきり遊びましょう。

日時：10月17日(月) 10:30~12:00

プレママ・ベビママヨガ

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♪

日時：10月13日(木) 14:30~16:00
対象：妊娠17~37週の妊婦さん
産後ハイハイ前までのお子さんとお母さん
定員：5組程度(抽選)
申込み：9月29日(木)~10月6日(木)

パパCafe~パパのひろば~

毎回好評のパパCafé、パパとお子さんで集って遊んだり、悩みを共有したり情報交換しながらパパ友をつくりませんか。

パパのみずべデビューにも。

プレパパさんも大歓迎!

日時：10月22日(土)10:30~11:30
定員：7組(先着)
申込み：10月8日(土)~

ハンドトリートメント

お母さんのためのハンドマッサージです。癒しのひとときを体験してみませんか?

日時：10月14日(金)14:15~16:00
一人15分ずつ
定員：5組(先着)
申込み：9月30日(金)~
初めての方を優先させていただきます。

WEB申込 親子でリトミック

ボランティアさんによるリズム遊びです。みんなでリズムに合わせて楽しみましょう♪

日時：11月11日(金)10:30~11:10
対象：1歳半くらいのしっかり歩けるお子さんと保護者
定員：6組(抽選)
申込み：10月28日(金)~11月4日(金)

出張子育てひろば

深川北みずべのスタッフが出張します。玩具で自由に遊べるひろばです。

深川北 出張ひろば

日時：①10月3日(月) ②11月7日(月)
10:00~11:45
場所：深川北スポーツセンター1階研修室
(平野3-2-20)
申込み：予約は不要です

富岡北 出張ひろば

日時：①10月14日(金) ②11月11日(金)
10:00~11:45
場所：富岡北地区集会所
(深川1-11-18)
申込み：予約は不要です

WEB申込

自然とあそぼう

秋の公園をお散歩して、木の実や葉っぱとふれ合いませんか。

日時：10月20日(木) 10:15~11:30
(中央ひろばに10:00集合)
対象：1歳半以上のお子さんと保護者
講師：中安敬子さん
(マザーツリー自然学校)
定員：7組程度(抽選)
場所：清澄公園
※汚れても良い服装で来てくださいね。
申込み：10月6日(木)~10月13日(木)

~お願い~

感染予防のため、ひろばの中では大人の方は靴下の着用のご協力をお願いいたします。



お誕生会やお話会の動画の動画配信しています。江東区ポータルサイトからぜひご覧下さい。

