



# 東陽みずべ・かわらばん

2022. 10 月号 No. 254



## 「あかちゃんといっしょ」



東陽みずべの人気スポットである長い廊下は、ハイハイをはじめた赤ちゃんに大人気ですが、おとなにも楽しい仕掛けを用意しています。区内の子育て情報、お母さんたちからの耳寄り情報や、夕飯のおかずに役立つお料理のレシピ、お父さんがウキウキする？「パパパネル」、大人の貸し出し本も新書が入荷！等、盛りだくさんのお楽しみがあります。そこに加えて、先日は絵本『あかちゃんといっしょ』（作：えがしらみちこ・白泉社）を絵巻風に展示しました。（絵本紹介参照）とても癒される一冊です。その中で、ママが「育児に気がめいる…」とのつぶやきに専門家がアドバイスをしているので紹介します。「母親ならいつでもわが子をかわいく思えるというのは、社会によって作られた思い込み。どうぞ自分を責めないで。辛いときは辛いと言っていい。助けてくれる方が必ずいます。」

みずべに集う皆さんが、ひろばだけではなく廊下のいろいろな情報や掲示を通して、ほっとしたり、くすっと笑えたり、「今度はパパも連れてまた来よう」と思えるような、また明日からの力がもらえるような仕掛けを、これからも皆さんと創っていきたいと思います。グッドアイデアがありましたら、教えてくださいね。

佐藤貴子



## ～ひろばあれこれ～

ひろばでは毎日、お片付けの前にミニおはなし会をしています。スタッフが、おはなし会用のワゴンを事務所からひろばへガラガラと動かし、準備を始めると、ちいさなお友達がお人形を膝に抱いて、椅子に座って待っています。「♪い～もむしご～ろごろ♪」とわらべうたを歌うと、左右に身体を揺らし、うたが終わると、スタッフと同じように自分が抱っこしていた人形をワゴンの後ろにお片付けしてくれます。そして、「次は何が始まるの？」と舞台裏…ワゴン裏を覗きに來ます。私たち大人の姿をよく見てまねしている姿はなんと可愛らしいですね。そんな時間をこどもたちと一緒に楽しんでいきたいと思ひます。

（保坂）



# 東陽みずべ 2022年10月スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
10/30	10/31 相談室 ひろば お休み	<b>WAKUWAKU スタンプラリー</b> 東陽みずべ・東陽児童館・塩浜児童館での3施設合同開催 <b>10/12(水)～11/12(土)</b>				1
2	3 相談室 ひろば お休み	4 ◎おはなし会 11:15～	5 ◎ママたちの おしゃべり会③ 10:30～11:45	6 ◎赤ちゃん プログラム① 10:15～11:50	7 くまさんひろば(0歳) 14:00～16:00	8
9	10 相談室 ひろば お休み	11 ◎おはなし会 15:15～	12 ◎わらべうた ①10:30～ ②11:15～	13 ◎赤ちゃん プログラム② 10:15～11:50	14 ◎ゆる体操 10:30～ くまさんひろば(1歳) 14:00～16:00	15 15日・16日 江東区民まつり (木場公園)
16	17 相談室 ひろば お休み	18 ◎おはなし会 11:15～ ◎おうたであそぼう ①14:30②15:10	19 ◎ベビーマッサージ ①10:10②11:10	20 ◎赤ちゃん プログラム③ 10:15～11:50	21 くまさんひろば(0歳) 14:00～16:00	22
23	24 相談室 ひろば お休み	25	26 ◎ようこそみずべ 14:30～	27 ◎赤ちゃん プログラム④ 10:15～11:50	28 くまさんひろば(1歳) 14:00～16:00	29

## 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を行っております。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。

10月7日(金)・21日(金) 10:10～

○発達相談…お子さんの発達についての相談  
10月15日(土) 13:00～

## あそびのひろば

火～金曜日は予約不要、土曜日のみ事前予約制でご利用できます。

◎利用時間(火～金曜日・土曜日とも)

午前の部 10:00～12:00

午後の部 14:00～16:00

- ・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。

◎利用方法

①平日(火～金曜日) 定員無し。事前予約不要。

※施設内混雑時やプログラム状況によりご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、事前予約制

- ・受付時間：前日9時～16時電話にて。定員数に空きがある場合のみ、当日予約も受付します。
- ・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。  
(QRコードから読み取りができます)



\*あそびのひろば初回利用時は登録を行います。保護者の方の江東区内在住の分かる身分証明書をご持参下さい  
\*カレンダー内◎印のプログラムは事前予約が必要です。申し込み方法は各プログラムをご確認ください。

一部プログラムのインターネット予約受付がはじまりました。

利用登録ページ→



最初に利用登録をしていただき、「イベントカレンダー」より予約ができます。

## わらべうた

講師の方と一緒にわらべうたで遊びます。

親子でゆったりと楽しみましょう。

講師：相京香代子さん・谷口伊都子さん

日時：10月12日（水）

①10:30～ ②11:15～

定員：各回10組程度

申込：9月28日（水）10:00～

※インターネットによる申込・先着順



## おうたであそぼう

親子で一緒に、季節のおうたやリズム遊びを楽しみ

みましょう♪

講師：三藤あやさん

日時：10月18日（火）

①14:30～14:50 ②15:10～15:30

定員：各回10組程度

申込：10月4日（火）10:00～

※インターネットによる申込・先着順

## 助産師さんのゆる体操

血液の循環がよくなり、肩こりや腰痛などの症状に

効果がみられます。

講師：木切倉真澄さん

日時：10月14日（金）10:30～11:30

定員：6組程度

※お子さんの保育があります

申込：9月30日（金）～10月7日（金）

※電話受付 申込多数の場合抽選となります

## 赤ちゃんとお母さんの家族

～第1子の赤ちゃんとおかあさんへ～

スタートしたばかりの子育てを応援する、連続講

座を開催します。ゆったりおしゃべりできる場を

用意してお待ちしています。

対象：生後2～4か月の第1子の赤ちゃんとお

お母さん（参考：R4.6.6～8.6生まれ）。

日時：10月6日・13日・20日・27日

10:15～11:50【4回連続講座】

定員：8組程度 ※電話受付・先着順

申込：9月15日（木）10:00～

## すこやか Monday

毎月第1月曜日

10月3日/11月7日

10:30～12:00

育ちが気になる、健診を受けるのがちょっと

心配…など、同じような悩みを共有しながら、

ひろばでゆっくり過ごせます。

定員：8組程度

申込：随時

電話または受付にてお問い合わせください



## 出張ひろば

☆枝川出張ひろば（枝川区民館）

10月13日（木）10:00～12:00

10月25日（火）14:00～16:00

※予約不要でご利用いただけます。

直接会場にお越しください。

☆深川出張ひろば

深川スポーツセンターでのひろばをお休みして

います。11月より古石場児童館にて開催予定

です。お楽しみに！

すくすく測定…身長・体重を測りたい方はお声かけください。お手伝いします。

おたんじょうびのお祝い…お誕生日を迎えるお子さんへ、誕生日カードを用意しています。

## ようこそみずべ

みずべデビューの方、デビューしたけどまだ慣れなくて…という方、同じくらいの子どものママと話してみたい方、参加をお待ちしています。

日時：10月26日(水) 14:30～

対象：生後6ヶ月までの赤ちゃんとお母さんの方

定員：6組程度 電話受付・先着順

申込：9月17日(土) 10:00～



## 助産師さんのベビーマッサージ

赤ちゃんとのふれあいを体験してみませんか？

講師：石村あさ子さん

日時：10月19日(水)

①10:10～ ②11:10～

対象年齢：ハイハイ前のお子さんとお母さん

定員：各回8組程度

申込：10月5日(水)～12日(水)

※電話受付 申込多数の場合抽選となります

## くまさんひろば

0歳・1歳の年齢別のあそびのひろばです。同じ位の年齢の子と遊びたい方、ママ同士でおしゃべりしたい方、お待ちしております。申込不要です。

0歳…10/7・21 1歳…10/14・28

いずれも金曜日 14:00～16:00

## じどうかん・みずべ

### WAKUWAKU スタンプラリー

東陽児童館・塩浜児童館、東陽みずべの3施設を回るスタンプラリーです。期間内に2施設以上回られた方には、ミニ巾着袋を差し上げます。

期間：10月12日(水)～11月12日(土)

対象：0歳～未就学のお子さんとお母さんの方

定員：各施設40名(なくなり次第終了します)

施設の利用については、一部予約制となっています。利用方法については各施設にお問い合わせください。



## おはなし会

ボランティアさんによるおはなし会です。

予約不要で参加できます。

①10月4日(火) 11:15～11:30

②10月11日(火) 15:15～15:30

③10月18日(火) 11:15～11:30

## 絵本紹介

絵本作家の育児日記をもとに、発達心理学者の先生の監修で作られた絵本。子育て中のお母さんへのメッセージや、わらわら遊びの紹介もある欲張りな絵本です。あつという間に過ぎてしまうあかちゃん時代。娘のあかちゃん時代は余裕なく過ぎてしまいましたが、今は6歳の娘と一緒にこの本を広げて「私があかちゃんの時、こうだった?」「そうだよ～お布団に寝かせると起きちゃうんだよね」と会話を楽しんでいます。

今あかちゃんと暮らすお母さんには共感を、あかちゃん時代を過ぎた方には懐かしい日々を、思い出すきっかけをもらえる本です。(膳場)



「あかちゃんといっしょ」

作：えがしらみちこ

出版：白泉社

江東区東陽子ども家庭支援センター “みずべ” 江東区東陽 3-1-2

TEL03-3699-4871 (相談専用 03-5665-4017) FAX03-5665-4780

E-mail kosodate@ka.baynet.ne.jp URL <http://www.koto-kosodate-portal.jp/mizube/>

(指定管理者：社会福祉法人雲柱社)