

「かめさんの🐢のんびりタイム」

今年の夏も猛暑が続きました。まだまだ日中は夏と変わらない暑い日もありますが、これから少しずつ秋の気配を感じられる日が増えてくるといいなと思います。

7月は「亀戸みずべ夏祭り」に猛暑の中でたくさんのごもたちとお父さんお母さんがいらしてくださいました。当初想定していた人数を遥に超えて、ご不便をおかけすることもあったと思います。それでもいらして下さった方みなさんから「楽しかったです」「またぜひお願いします」「職員さん頑張ってますね」と励ましの言葉を頂きました。何より嬉しい応援でした。次年度も改善をしながら楽しめるイベント発信していきたいと思います。

さて、9月から「かめさんの🐢のんびりタイム」をはじめます。スタッフがひろばでお子さんを30分お預かりし、短い時間ではありますが別室で親御さん1人だけの、休息の時間を過ごして欲しいという思いから企画しました。自分の時間を少しでも持つことは心も体もリフレッシュできるいい機会です。ぜひ、ご利用してみてください。詳細は別途おしらせ致します。

山澤 美津子

★かめさんの🐢のんびりタイム※このプログラムはWEB予約のみです！

日時：9月12日、26日(どちらも火曜日)①10：15～10：45②11：00～11：30(各1名ずつ)

対象：生後間もなくから(江東区民限定)

申込：9月12日の抽選日は9月5日(火)10：00～16：00(抽選)

9月26日の抽選日は9月19日(火)10：00～16：00(抽選)

★愛子さんの講座～子育てのツボ～

育児に関する著書も多い柴田愛子さんより、幼児の子育てに奮闘しているお母さんたちへエールを送ってもらう講座です。昨年の様子でも、愛子さんのお話に皆さんぐっと引き込まれ、お母さんたちの悩みや葛藤について沢山お話しし、時間が足りなくなるほどでした。ご参加お待ちしております。

日時：10月2日(月)10：15～11：45

講師：柴田愛子さん(「りんごの木」代表)

対象：2歳以上のお子さんがある方(お子さんの保育あり)

定員：8組程度

申込：9月19日(火)10：00～16：00(電話での事前予約制/抽選)

★グループ懇談会

カナダの子育て支援プログラム「ノーバディーズパーフェクト」(完璧な親なんていない)の理念を用いた懇談会です。

子育ての悩みや関心のあることについて参加者同士で話し合い、交流しませんか。

ファシリテーターとして、都甲絢子先生(臨床心理士)が入ります。

日時：①10月3日 ②10月17日 ③11月7日 ④11月21日 ⑤12月5日 ⑥12月19日(全6回)

いずれも火曜日 10：15～12：00(原則として6回連続で参加できる方)

対象：1歳半以上のお子さんの保護者(お子さんの保育あり)

定員：6組程度

申込：9月8日(金)10：00～16：00(電話での事前予約制/抽選)



亀戸みずべ9月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土	
		【子育てひろば】火～土10:00～16:00 【ランチタイム】12:00～13:30 ※区外在住の方もご利用いただけます。				1	2
3	4 相談室 亀戸スポーツセンター/ 青少年交流プラザ出張 ひろば ひろばやすみ	5	6 元氣キッズ	7	8 ★ハンド トリートメント	9 ★ヘアヨガ	
10	11 相談室 ひろばやすみ	12 ★かめさんの のんびりタイム	13 ★babyroom (mana)	14 ★ベビーマッサージ	15 おはなし会	16 ★誕生会	
17	18 敬老の日	19 ★自然とあそぼう	20 ★babyroom (ulu)	21 おはなし会 ★助産師さんと話そう	22 ★ようこそみずべへ	23 秋分の日	
24	25 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	26 ★かめさんの のんびりタイム みずべ会議	27 わらべうた	28 すこやか測定(午前)	29 亀戸北地区集会所出張 ひろば すこやか測定(午後)	30 ★ふたごちゃんをついで	

～プログラムのお申し込みについて～
プログラムのご利用につきましては
江東区民の方優先にさせていただきます。



★マークのプログラムについて

- ・カレンダー★マークのプログラムはWEBのお申込みが申込日10:00～可能です
- ・子育て情報ポータルサイトより、各プログラム詳細ページよりお申込みください。
- ・初回お申込み時に参加利用者登録をする必要があります。
- ・WEBでのお申込みの場合、当日17:00以降メールにてご連絡いたします。

★助産師さんと話そう

(事前予約制/WEB予約可)

9月21日(木) 13:45～14:45

テーマ:「卒乳について」

卒乳したいけどいつごろからすればいいの?みんなはどうしているのかな?等助産師さんと一緒にみんなで話しましょう。

定員: 7組程度

申込: 9月7日(木) 10:00～16:00 (抽選)



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

①9月13日(水) mana (マナ) class

…6か月くらいまで

②9月20日(水) ulu (ウル) class

…6か月以上1歳まで

時間はいずれも14:30～15:30

月齢に合わせて2つのクラスがあります。同じくらいの月齢の子が集まります。皆さんでお話したり情報交換しませんか。

定員: 7組程度

対象: ①mana class: 6か月くらいまでの親子

②ulu class: 6か月以上1歳までの親子

申込:

8月25日(金) 10:00～9月6日(水) 16:00 (抽選)

★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

9月16日(土) 11:00～11:30

9月生まれのお子さんのお誕生日をみんなで祝いしましょう。

対象: 9月生まれの方

申込: 9月1日(金)～随時受付中

★ペアヨガ
(事前予約制/WEB予約可)

9月9日(土) 14:30~15:30

仕事や育児など普段の疲れを一緒にリフレッシュしませんか?

定員: 6組程度

対象: ・妊娠中のご夫婦

- ・ハイハイ前のお子さんがいるご夫婦
- ・お母さんとそのご両親どちらかのペア

講師: 小澤めぐみさん(ヨガ教室アート)

申込: 8月25日(金) 10:00~9月1日(金) 16:00(抽選)

※プレママは妊娠17~37週

※動きやすい服装でお越しください



今回はペアで参加できます!
いつもとちょっと違うヨガタイムをお楽しみください♪

★自然と遊ぼう
(事前予約制/WEB予約可)

9月19日(火) 10:30~11:30

みんなで公園をお散歩して、木の実や葉っぱとふれあいませんか?

定員: 10組程度

場所: 亀戸中央公園

(汚れてもいい服装で来てください)

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)

申込: 8月25日(金) 10:00~9月5日(火) 16:00(抽選)

受かった方にはこちらからお電話して

詳細をお伝えします。



★ふたごちゃんのつどい
(事前予約制/WEB予約可)

9月30日(土) 10:30~11:30

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

定員: 5組程度

申込: 8月25日(金) 10:00~

随時申込受付中(先着)

★ベビーマッサージ
(事前予約制/WEB予約可)

9月14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?

定員: 8組程度

対象: 首がすわったころ~

ハイハイ前までのお子さん

持ち物: ハスタオル・ハンドタオル

オムツ・お子様の着替え・

水分(ミルクなど)

申込: 9月7日(木) 10:00~16:00(抽選)

※予防接種後2時間以内のベビーマッサージは避けてお申込みください。

★ハンドトリートメント
(WEBのみの事前予約制)

9月8日(金)

①14:00~14:15 ②14:20~14:35

③14:40~14:55 ④15:00~15:15

⑤15:20~15:35

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: 9月1日(金) 10:00~16:00(抽選)

※お1人1回でお願いします。

2回目のご利用はお断りさせていただきます。

※希望の時間枠いくつでも抽選可能です。

※お子さんはひろば内で保育します。

★ようこそ!みずべへ
(事前予約制/WEB予約可)

9月22日(金) 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やいませんか?

定員: 10組程度

申込: 8月25日(金) 10:00~

随時申込受付中(先着)

我が家のくすっとエピソード(^v^)

一人で何にも掴まらずに立てるようになりました。嬉しかったあまり、オーバーなほどに褒めてしまったのですが、それにより立つたびにどや顔+両手を挙げて手を振ってくれるようになりました。

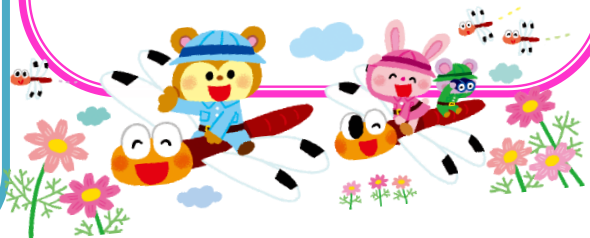
先日保育園の見学に行き、園長先生含め4人の先生方に「今週立てるようになりました、、、、」と話をしているときにこちらを見て両手を振りながら立ち上がり、先生方にたくさん拍手していただきました。まるでアイドルのようにおすまし顔をしていました!(そうまさんママより)

★皆さんのくすっとエピソードを募集しています!

ひろばの受付にBOXを用意しました。

掲載が可能な方は記入して投函お願いします。

皆さんのエピソードお待ちしております!



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。
予約不要です。

青少年交流プラザ出張ひろば

月日：9月4日(月)
時間：10:00~11:45
場所：青少年交流プラザ/多目的ルームB
(亀戸7-41-16)

亀戸スポーツセンター出張ひろば

月日：9月4日(月)
時間：10:00~11:45
場所：亀戸スポーツセンター/体育館
(亀戸8-22-1)

亀戸北地区集会所出張ひろば

月日：9月29日(金)
時間：10:00~11:45
場所：亀戸北地区集会所/2階和室
(亀戸4-21-18)



わらべうた

9月27日(水) 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。
予約不要です。

講師：久津摩英子さん

すこやかマンデー

9月25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。予約不要です。

みずべ会議

9月26日(火) 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」とはよりよい「ひろば」づくりを目指し、利用者の皆さんと意見を共有しあう場です。
予約不要です。



<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。(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)

9月7日(木)/9月28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れ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)

9月19日(火)

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。

元気キッズ

~大きい子のお部屋を開放します~

9月6日(水) 10:00~11:30

1歳半くらいからのお子さんを対象に、体験学習室を開放します。いつもとちょっと違うおもちゃもあるのでぜひ遊びに来てくださいね。予約不要です。

おはなし会

9月15日(金) 14:30~15:00

9月21日(木) 10:30~11:00

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。予約不要です。

すこやか測定

9月28日(木) 10:00~11:45

29日(金) 14:00~15:45

お子さんの身長・体重をスタッフと一緒に計測できます。日々の子育てのお話を一緒にしていきましょう。予約不要です。



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/>

(指定管理者：社会福祉法人 雲柱社)