



みんなでつくる子育てひろば 亀戸みずべかわらばん

2023年
10月号
NO.18



「こころも体も喜ぶ」

日中は、まだ暑い日もありますが、高く澄み切った青空や吹く風に、秋の気配を感じるようになりました。昨年は秋の気持ちのいい風が吹く度に「マスクを外して思いっきり空気を吸い込みたいな。」と思いつながら、亀戸の緑道をてくてくと歩いていましたが、今年はマスクを外してさわやかな風を思う存分感じることが出来る。その事に心も体も喜んでいるなあと。実感しています。

さて、今年もりんごの木子どもクラブ代表の柴田愛子さんをお招きして「あいこさんに聞こう子育てのつぼ」という題名で子育て講座を行います。柴田さんの著書「とことんあそんで であく育て」の中には春夏秋冬をこどもたちと過ごしていく中でのあたたかいエピソードが詰まっています。そしてあとがきに柴田さんはこう書かれています。「正しいか、間違っているか、子どもに有益か無駄か、という大人の判断はさておき、こどもと共に心を動かしながら一緒に楽しみ考えながら保育をしてきた」とありました。改めて柴田さんの思いから人と人との関わりの原点に気づかされました。10月は子育て講座をはじめ、親子で楽しめるハロウィンイベントも計画しています。ぜひみなさん遊びにいらしてください。

山澤 美津子



家族でLet'sハロウィン！ 10月27日(金)

10:00～11:45/14:00～15:45

(※ランチタイム中撮影スポットはお休みです)

仮装姿を撮影できるスポットをご用意し、チェキで撮って掲示します。☺(お子さんだけの仮装でもOKです)ぜひご家族でおいで下さい。

お土産にちょっとしたお菓子もご用意する予定です。予約は必要ありません。



★赤ちゃんと創る私の家族 (事前予約制/全4回連続講座)

お子さんのお誕生、おめでとうございます。自分のお腹にいた赤ちゃんとのご対面はいかがでしたか？

そして子育てで忙しくなった、ご自身の産後の体調はいかがですか？子育てのことやお母さん自身のことなど、一緒にお話ししましょう。ファシリテーターがお手伝いします。

日時：11月1日、8日、15日、29日

10:15～11:50 (全て水曜日)

対象：プログラム開始日現在、生後2～5か月の第一子の赤ちゃんとお母さん(2023年6月1日～9月1日生まれ)

※全4回全て出席できる方

定員：8組程度

内容：本講座は子どもと家族支援研究センターが開発した、「赤ちゃんを創る私の家族～初めの一歩～FSプログラム」で実施します。ファシリテーターの進行のもと、お母さん同士がお子さんを囲んでお話しします。

- ・はじめの赤ちゃん、そして私たち
- ・赤ちゃんのことをもっと知ろう！
- ・わたしの家族と生活
- ・家族のこれから

ファシリテーター：木村弘美さん

(子どもと家族支援研究センターこもれび)




申込：9月25日(月)10:00～10月18日(水)16:00 (抽選)

《リサイクルの品物大募集！！》

- ・子ども服(サイズ120cmまで、きれいな物)
 - ・新生児用肌着/パンツ/スタイ/靴下(新品のみ)
 - ・離乳食(ベビーフード)/ミルク
(いずれも未開封、賞味期限が半年以内)
 - ・紙オムツは開封済みでもOKです
- ※上記以外のものは収集できませんので、ご了承ください。
募集期間：10月3日(火)～10月31日(火)まで



亀戸みずべ10月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
 <p>【子育てひろば】火～土10:00～16:00 【ランチタイム】12:00～13:30 区外の方もご利用いただけます。</p> 						
1	2 相談室 ◎柴田愛子さんの 子育て講座 ひろばやすみ	3 ◎グループ懇談会	4 ★かめさんののんびり タイム	5	6 ★ハンド トリートメント	7 ★応急救護講座
8	9 スポーツの日	10	11 元気キッズ	12 ★ベビーマッサージ	13 出張ひろば (亀戸北地区集会所) おはなし会	14 ★ババカフェ
15	16 相談室 出張ひろば (青少年交流プラザ) ひろばやすみ	17 ◎グループ懇談会	18 ★かめさんののんびり タイム ★babyroom(mana)	19 おはなし会 ★助産師さんの 個別相談	20 ★赤ちゃんとお母さん のための食事の話 ★ようこそみずべへ	21 ★誕生会 ★ババと自然と遊ぼう
22	23 相談室 ひろばやすみ	24 ★プレママ・ベビママ ヨガ	25 すこやか測定(午前) ★babyroom(ulu)	26 すこやか測定(午後)	27 家族でLet's!ハロウィン	28 芳子さんのおはなし会
29	30 相談室 すこやかマンデー 出張ひろば(亀戸ス ポーツセンター) ひろばやすみ	31	<p>～プログラムの申し込みについて～ 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。</p> 			

★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。

★ハンドトリートメント

(事前予約制/WEB予約可)

10月6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

申込：10月2日(月)10:00～16:00(抽選)

※1人1回でお願いいたします。

2回目のご利用はお断りさせていただきます。

※希望の時間帯、いくつでも抽選可能です。

※お子さんはひろば内でスタッフが保育します。

★かめさんののんびりタイム

(事前予約制/WEB予約のみ)

①10月4日(水) ②10月18日(水)

10:15～10:45

11:00～11:30(各1名ずつ)

別室でお子さんと離れる時間を持ってみませんか？お子さんはひろばでスタッフがお預かりします。保護者の方はセンターの中の個室で、お茶を飲んだりスマホを見たり、一人の時間を自由に楽しめます。

対象：生後間もなくから(江東区民限定)

申込：①9月27日(水)10:00～16:00(抽選)

②10月11日(水)10:00～16:00(抽選)



★助産師さんの個別相談

(電話のみの事前予約制)

10月19日(木)13:45～15:05

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等、助産師さんに個別に相談いただけます。

定員：4組(一人20分ずつ)

申込：10月12日(木)10:00～(先着)

江東区子育て情報

ポータルサイトはこちら→



★ベビーマッサージ
(事前予約制/WEB予約可)



10月12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
お子さんとママ

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: 10月5日(木) 10:00~16:00(抽選)

※予防接種72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

※動きやすい服装(パンツスタイル)でお越し
ください

★プレママ・ベビママヨガ
(事前予約制/WEB予約可)

10月24日(火) 10:30~11:30

プレママ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: 7組程度

対象: プレママもしくはハイハイ前のお子さん
のママ

講師: 小澤めぐみさん(ヨガ教室アート)

申込: 10月17日(火) 10:00~16:00(抽選)

※プレママは妊娠17~37週

※動きやすい服装(パンツスタイル)でお越し
ください



★ようこそ!みずべへ
(事前予約制/WEB予約可)

10月20日(金) 14:30~15:30

みずべってどんどこ?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
しゃいませんか。

定員: 10組程度(先着)

申込: 9月25日(月)~



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

10月18日(水) mana class(マナクラス)

…6か月くらいまで

10月25日(水) ulu class(ウルクラス)

…6か月以上1歳まで

お時間はいずれも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: mana class: 6か月くらいまでの親子

ulu class: 6か月以上1歳までの親子

申込: 9月25日(月) 10:00~10月11日(水) 16:00(抽選)

★パパcafe~パパのひろば~
(事前予約制/WEB予約可)

10月14日(土) 10:30~11:30

パパとお子さんで集って遊んだり、情報交換し
たりしませんか。パパのみずべデビューにいか
かですか。プレパパも大歓迎です!!

定員: 10組程度

申込: 9月16日(土) 10:00~

10月6日(金) 16:00まで(抽選)

パパの出番です!!



★パパと自然と遊ぼう
(事前予約制/WEB予約可)

10月21日(土) 10:30~11:30

秋の心地よい気候の中、自然を感じて遊びま
しょう。

定員: 10組程度

場所: 亀戸中央公園

(汚れてもいい服装でいらしてください)

対象: 1歳半以上のお子さんとお父さん

講師: 中安敬子さん(マザーツリー自然学校)

申込: 9月25日(月) 10:00~

10月14日(土) 16:00(抽選)

受かった方にはこちらからお電話をして詳細をお伝え
します。

★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

10月21日(土) 11:00~11:30

10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: 10月生まれの方

申込: 10月2日(月)~随時受付中



★赤ちゃんとお母さんための
食事のはなし



(事前予約制/WEB予約可)

10月20日(金) 10:10~11:30

ご飯を炊いて、お味噌汁を作り、試食しながら
離乳食について管理栄養士さんと一緒にお話し
ませんか。

定員: 7組程度

対象: 離乳食中期(2回食)ごろのお子さんと保
護者

申込: 9月25日(月) 10:00~10月13日(金) 16:00(抽選)

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：10月16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：10月30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：10月13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)



北地区集会所出張ひろば
予定変更になっています！

<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)

10月10日(火)/10月26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)

10月17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。

おはなし会

10月13日(金) 14：30～15：00

10月19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内容になっています。予約不要です。



今月は水、木曜
となっています

すこやか測定

10月25日(水) 10：00～11：45

26日(木) 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。

佐藤芳子さんおはなし会

10月28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会です。予約不要です。

講師：佐藤芳子さん



すこやかマンデー

10月30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。

元気キッズ

～大きい子のお部屋を開放します～

10月11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。

我が家のくすっとエピソード(^v^)

家族3人で川の時に寝ているときのこと。娘が夜中寝言を言いながら笑っていました。「くまちゃんあそび！」って。楽しい夢を見ていたのかな。(ことはさんママより)

★皆さんのくすっとエピソードを募集しています！



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)

