



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
12月号
NO.20

「願いごと」

秋の気候とは思えない程の暖かさから、11月の半ばには急に寒くなって、街中では厚手のコートやダウンジャケットを着ている人たちも増えてきました。気付くと今年も残すところ1カ月ですね。さて、先月は亀戸みずべDAYにたくさんの親子が遊びに来てくださいました。今年もこども服リサイクルではサイズアウトした洋服をたくさんの方が持ち寄って下さり、みなさんにお洋服を持ち帰って頂くことが出来ました。ご協力していただきありがとうございました。又“みんなのねがいごと”では、お母さんお父さんのいろいろな願いが壁一面に貼られました。「家族みんなが健康で幸せでありますよう」「こどもたちが元気で過ごせますように」「家族みんなで旅行がしたい」…等。願いごとを考えている時のお母さんお父さんの表情は、とても優しくあたたかく、いい時間が流れていました。こどもとの生活は穏やかな時間ばかりではありません。日々困ったり悩んだりを繰り返しながら大変なことも多いものです。しかし、そんな時こそ一歩立ち止まって、今回の“願いごと”を思い出してもらえたら嬉しいです。もうすぐクリスマスを迎えます。今もなお世界ではいろいろな争いが起き、こどもたちが巻き込まれています。どうか人々の命が守られて穏やかな日々が訪れますように、願い続けたいと思います。

山澤 美津子



クリスマスかいり

12月15日(金)

第一部/10:15~10:35 第二部/11:30~11:50
第三部/13:00~13:20 第四部/15:00~15:20

(各回20分)

今年はクリスマスの絵本を元にしたパープサートを行います。

1日の中で4回ありますので、ご都合の良い時間にぜひ来てくださいね♪
予約は必要ありません。

みずべからクッキーの
プレゼントもあります♪



プログラムの申込
はこちらから。
予定表の確認も
できます。
(ポータルサイト)



亀戸みずべ12月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土	
【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。					1	2 ◎KOTOハッピー トレーニング講座	
3	4 相談日 出張ひろば (青少年交流プラザ) ひろばやすみ	5 ◎グループ懇談	6 元気キッズ	7 ★かめさんの のんびりタイム	8 ★赤ちゃんとお母さんのための 食事のはなし おはなし会	9 ★誕生会	
10	11 相談日 ひろばやすみ	12 ★親子でリトミック	13 ★ベビールーム(mana)	14 ★ベビーマッサージ	15 クリスマス会	16 ◎KOTOハッピー トレーニング講座	
17	18 相談日 出張ひろば (亀戸スポーツセンター) ひろばやすみ	19 ◎グループ懇談 ★ようこそみずべへ	20 ★かめさんの のんびりタイム ★ベビールーム(lulu)	21 おはなし会 ★助産師さんの 個別相談	22 出張ひろば (亀戸北地区集会所) ★ハンド トリートメント	23 芳子さんの おはなし会	
24	25 相談日 すこやかマンデー ひろばやすみ	26 ★プレママ・ ベビママヨガ みずべ会議	27 すこやか測定(午前)	28 すこやか測定(午後)	29	30	
31						〈年末年始のお知らせ〉 12月29日(金)～ 1月3日(水)までお休みで	

プログラムのご利用は
江東区の方優先と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。



★プレママ・ベビママヨガ (事前予約制/WEB予約可)

12月26日(火) 10:30～11:30

プレママ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：プレママもしくは

ハイハイ前までのお子さんのママ

講師：小澤めぐみさん(ヨガ教室アートト)

申込：11月25日(土)10:00～

12月12日(火)16:00(抽選)

※動きやすい服装(パンツスタイル)でお越しください。



★赤ちゃんとお母さんのための 食事のはなし

(事前予約制/WEB予約可)

12月8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：11月25日(土)10:00～

12月5日(火)16:00(抽選)

※参加確定した方はこちらからお電話します。

★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

12月9日(土) 11:00～11:30

12月生まれのお子さんのお誕生日をみんなで祝いましょう。

対象：12月生まれの方

申込：12月1日(金)～随時受付中



★助産師さんの個別相談 (電話のみの事前予約制)

12月21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ご相談いただけます。

定員：4組(一人20分)

申込：12月7日(木)10:00～(先着)

★ベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

12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?

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: 11月25日(土) 10:00~

12月7日(木) 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

※動きやすい服装でお越しください



★かめさんののんびりタイム

(事前予約制/WEB予約のみ)

①12月7日(木) ②12月20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: ①11月30日(木) 10:00~16:00(抽選)

②12月13日(水) 10:00~16:00(抽選)

★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

12月19日(火) 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やいませんか。

定員: 10組程度

申込: 11月25日(土)~随時申込受付中



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

12月13日(水) mana class(マナクラス)

…6か月くらいまで

12月20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: 11月25日(土) 10:00~12月6日(水) 16:00(抽選)

ママちょこタイム

★親子でリトミック

(事前予約制/WEB予約可)

12月12日(火) 10:30~11:00

みずべ利用者の川名さんがママちょこタイムとしてリトミックをやってくださることになりました。

定員: 8組程度

対象: 1歳前後のお子さんと保護者の方

申込: 12月5日(火) 10:00~16:00(抽選)

ママちょこタイムとは?

「ちょこっと得意な事」「ちょこっと好きな事」等、ママ達から生まれるそんな「ちょこっと」を形にしたプログラムです。

★ハンドトリートメント

(事前予約制/WEB予約可)

12月22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: 12月15日(金) 10:00~16:00(抽選)

※人気のプログラムのため

1人1回の利用とさせていただきます。

※希望の時間帯、いくつかでも抽選可能です。

※お子さんはひろば内でスタッフが保育します。



我が家のくすっとエピソード(^v^)

大人のマネが上手になってきたある日、水をこぼしてしまったと思ったら、たーっと拭くものを取りに行き自分で拭いてくれました。布はパパのパジャマでしたが、あたたかく見守りました。(たいようさんママ)

★皆さんのくすっとエピソードを募集しています!



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：12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：12月18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：12月22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)



<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)

12月12日(火)/12月21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)

12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

12月 8日(金) 14：30～15：00

12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内容になっています。予約不要です。

すこやかマンデー

12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。

すこやか測定

12月27日(水) 10：00～11：45

28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。



佐藤芳子さんのおはなし会

12月23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

元気キッズ

～大きい子のお部屋を開放します～

12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。

みずべ会議

12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」とはよりより「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。



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)

