



みんなでつくる子育てひろば

2024年  
1月号

# 深川北みずべかわらばん

NO.220

新年あけましておめでとうございます。

こどもたちの健やかな成長とご家族・地域のみなさまの健康を願っております。  
今年もよろしくお願ひいたします。

深川北“みずべ”スタッフ一同



深川北みずべは2004年5月から開所して20年になります。深川の地で仲間に加えていただき、地域のボランティアさん、先輩・現役お母さんお父さん、こどもたちに支えられてきました。今日もみずべへ行こう！という思いが繋がり、共に育て・育ちあうひろばがつくられてきたことに感謝いたします。

12月にプレママ・パパのプログラムがありました。毎回、少し上の先輩ママ・パパと一緒に話してできるよう企画しています。その時に、先輩のママが「赤ちゃんを抱っこしてみませんか？私もこのプログラムで妊娠中に赤ちゃんを抱っこさせてもらったんです。」と話してくれました。一緒に子育てしていきましょね、というメッセージにも感じられ温かい気持ちになりました。

今年も、いろいろな人との出会いと関わりの中で親子が安心して子育てができる地域となりますよう、みなさんと共に歩んでまいりたいと思います。

古山 祥代



## 森下公園で凧あげ 1月17日(水) 10:00~

神愛保育園‘ひだまり’との共同イベントです。  
一緒に凧を製作して楽しみましょう。

場所：森下公園 直接公園にお越しください。予約は不要です。



### <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、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> 1月9日(火) 1月23日(火) 10:00~12:00

家族の問題、保護者自身の悩みについての相談や 思いを語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> 1月20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。

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 1 月のプログラム



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
12月29日(金)~1月3日(水)まではお休みです。						
7	8 成人の日	9	10 おはなし会 11:00~11:30 ベビーマッサージ 14:00~15:00	11 産後ヨガ 14:00~15:00	12 深川図書館 出張ひろば 10:00~11:45 うちなーぐち(沖縄方言)紙芝居劇場 14:30~15:00	13
14	15 深川北出張ひろば 10:00~11:45 相談室 ひろばお休み	16 baby room 14:00~15:00	17 凧あげ 10:00~ わらべうた 10:45~11:30	18 1さいの子 集まれ 10:30~11:00	19 ハンド トリートメント 10:15~12:00 助産師さんと 話そう 14:00~15:00	20
21	22 すこやかマンデー 10:30~12:00 相談室 ひろばお休み	23 保護者向け 自転車安全教室 15:00~15:30	24 すこやか測定 10:00~11:45	25 すこやか測定 10:00~11:45 babyroom 14:00~15:00	26 すこやか測定 10:00~11:45 おもちゃ病院 14:00~15:30	27
28	29 相談室 ひろばお休み	30	31	★お願い★ ひろばの中では大人の方の靴下の着用をお願い致します。		



WEB登録、申し込みはこちらから



電話申し込みは10時から16時です  
\*プログラムは区内の方が優先となります



## 出張子育てひろば

### 深川北 出張ひろば

1月15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)  
予約不要です

### 深川図書館 出張ひろば

1月12日(金) 10:00~11:45

11:15~11:35 おはなし会  
場所：深川図書館3階ホール  
(清澄3-3-39)  
予約不要です

【子育てひろば】

火曜~土曜

10時~16時

【ランチタイム】

12:00~13:20

※区外在住の方もご利用いただけます。

## リフレッシュひととき保育の登録面接について

【登録】毎週月曜日

10時～12時/14時～16時

【予約】前週金曜日

9時～16時（電話、窓口受付）



予約は不要です。自由に遊びにいらしてくださいね！

### おはなし会

1月10日(水) 11:00～11:30

ボランティアによるおはなし会です。0歳の赤ちゃんから楽しめます！

### わらべうた

1月17日(水) 10:45～11:30

講師：久津摩英子さん

お子さんと一緒に遊べるふれあい遊びを教えてくださいます。親子の時間を楽しみましょう。

### おもちゃ病院

1月26日(金) 14:00～15:30

おもちゃのお医者さんがみずべにやってきます。思い出のおもちゃ、大切に持っているおもちゃで、壊れてお休みしているものがあれば診てもらいませんか？

※修理費用は無料ですが、部品を取り換えた場合、部品代をいただくことがあります。

また、一部お引き受けできない物もございます。詳しくはスタッフまで。

## 《電話申込》

### ハンドトリートメント

1月19日(金) 10:15～12:00

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。

定員：5組 1人15分（先着）

申込：☎ 1月5日(金)～

初めての方を優先させていただきます。

### うちなーぐち（沖縄方言） の紙芝居劇場

1月12日(金) 14:30～15:00

うちなーぐち（沖縄方言）で、「大きなかぶ」「3匹のやぎのがらがらどん」をやります！

### すこやかマンデー

1月22日(月) 10:30～12:00

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。

### すこやか測定

1月24日(水)・25日(木)・26日(金)  
10:00～11:45

お子さんの身長・体重の測定をしながらスタッフと日々の子育てのことなど話す時間ももうけています。



### ようこそ！みずべへ

2月9日(金) 14:00～15:00

初めてみずべを利用する方のための時間です。みずべの紹介や出会いのプログラムなどを用意してお待ちしています。

### 保護者向け自転車安全教室

1月23日(火) 15:00～15:30

深川警察署の警察官による交通安全教室を開催します。子乗せ自転車を利用する前に、知っておいてほしい交通ルール・マナーを学びます。

定員：7組（先着）

申込：☎ 1月9日(火)～

## 《WEB 申込》

### ママとベビーマッサージ

心地よい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。

**1月10日(水) 14:00~15:00**

申込:  12月27日(水)~1月3日(水)

### パパとベビーマッサージ

**2月10日(土) 14:00~15:00**

申込:  1月27日(土)~2月3日(土)

対象: 首がすわったころ  
~ハイハイ前までのお子さんと保護者  
定員: 各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

※予防接種 72 時間以内の参加はご遠慮ください。

### baby room

子育て中の悩み、夜泣きで大変、人見知りが始まった、こ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、みんなでゆっくりおしゃべりしませんか。

#### ころころクラス

① **1月16日(水) 14:00~15:00**

② **2月7日(水) 14:00~15:00**

対象: 6ヶ月まで

申込:  ① 1月2日(火)~

② 1月24日(水)~

#### ぴよぴよクラス

**1月25日(金) 14:00~15:00**

対象: 6ヶ月以上1歳まで

申込:  1月11日(木)~

定員: 8組(先着)



### 産後ヨガ

一緒にヨガでリフレッシュしませんか♪

① **1月11日(木) 14:00~15:00**

② **2月8日(木) 14:00~15:00**

対象: ハイハイ前までのお子さんとお母さん  
定員: 5組(抽選)

申込:  ① 12月28日(木)~1月4日(木)

② 1月25日(木)~2月1日(木)

### 1さいの子集まれ!

今日は「節分あそび」

**1月18日(木) 10:30~11:00**

みんなで一緒にあそびましょう♪

対象: 1歳~2歳くらいまでのお子さんと保護者  
定員: 6組(先着)

申込:  1月4日(木)~

### こどもの足の成長と靴選び

**2月2日(金) 10:30~11:10**

子どもの足の成長やバランスについてお話ししませんか。

対象: 歩き始め前後のお子さん

定員: 8組(先着)

申込:  1月19日(金)~

### 助産師さんと話そう

**1月19日(金) 14:00~15:00**

テーマ「冬のスキンケアと肌トラブル」

定員: 6組(先着)

申込:  1月5日(金)~

### パパ Cafe~パパのひろば~

**2月3日(土) 10:30~11:30**

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。パパのみずベデビューにも。プレパパさんも大歓迎!

定員: 7組(先着)

申込:  1月20日(土)~

### 赤ちゃんのための食事のはなし

**2月6日(火) 10:30~11:30**

離乳食について管理栄養士さんを囲んでお話ししませんか。

対象: 離乳食中期(2回食)くらいのお子さんの保護者

定員: 7組程度(先着)

申込:  1月23日(火)~