



みんなでつくる子育てひろば
亀戸みずべかわらばん

2024年
 3月号
 NO.23



「今日も明日もみずべへ」

2月とは思えない程の暖かさが続いたかと思うと、真冬に逆戻りするほどの寒い日もあり寒暖差のあるこの季節は体調管理に気をつけて過ごしたいですね。

さて、亀戸みずべは開所して3年目を迎えようとしています。みずべを利用してくださる皆様に「今日も明日もみずべへ行こう」と思って頂けるよう、今年度も「毎日楽しい、あたたかいひろば」を目指してきました。昨年5月から新型コロナウイルスが5類に移行されましたが、ひろばの予約制も解除されたことも相まって、ひろばには私たちの想像を超えるたくさんの親子が遊びにいらしてくださいました。ありがとうございました。又多くの利用親子がいる中で、配慮が行き届かず、ご不便をおかけすることも多かった事と思います。初めての方も続けてきてくださる方も、安心して過ごせる居心地の良いひろばとなり「明日も明後日もみずべへ行こう」と思える居場所づくりを、これからもスタッフ一丸となって取り組んで行きたいと思えます。

山澤 美津子



☆**亀戸みずべDAY**☆

～おめでとう！みんな大きくなりました～

3月14日(木)

**混雑が予想されるため
 抱っこ紐での来場をお勧めします**

**おはなし会スペシャル
 14：30～15：00**

佐藤芳子さんがスペシャルバージョンのおはなし会をしてくださいます。

**フォトフレームカード
 を作ろう**

10：00～12：00
 14：00～16：00

お子さんの成長記念＆頑張った自分へのメッセージを書こう！

チェキで写真撮影会

10：00～12：00
 14：00～16：00

※予定数になり次第終了となります。

《江東区民限定》
ハイハイレース

10：15～11：30

事前申込制・WEBのみ
 ※詳細は別途チラシをご覧ください。



プログラムの申し込みは
 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3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
3	4 相談室 出張ひろば (青少年交流プラザ) ひろばやすみ	5 ★かめさんの のんびりタイム	6 元気キッズ	7	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 ★パパと ベビーマッサージ
10	11 相談室 ひろばやすみ	12 みずべ会議	13 ★ベビールーム(mana)	14 亀戸みずべDAY	15 ★ハンド トリートメント	16
17	18 相談室 出張ひろば (亀戸スポーツセンター) ひろばやすみ	19 ★かめさんの のんびりタイム	20 春分の日	21 おはなし会 ★助産師さんと話そう	22 出張ひろば (亀戸北地区集会所)	23
24	25 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	26 ★プレママ・ ベビマヨガ ★ようこそみずべへ	27 わらべうた ★ベビールーム(lulu)	28 すこやか測定	29 すこやか測定	30 ★誕生会
31						

★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の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。

★ハンドトリートメント (事前予約制/WEB予約可)

3月15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: 3月8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。

※始まる5分前には来所をお願いします。

～プログラムのご利用は江東区の方

優先にさせていただきます～

4月の
お知らせ

★ご近所パパの子育てひろば#3 (事前予約制/WEB予約可)

4月13日(土) 10:00～11:30

ACTO亀戸で人気のパパさん交流&子育てイベントが亀戸みずべにやってきます!パパ同士、楽しく交流しながら手遊びや絵本を通じたコミュニケーションを親子で体験しませんか。

定員: 15組30名程度

対象: 江東区在住のお父さんとお子さん
(お母さんの同行可)

申込: 2月19日(月) 10:00～
3月29日(金) 16:00(抽選)

ACTO亀戸さんとの
コラボです!

★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)

3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: 2月26日(月) 10:00～

3月1日(金) 16:00(抽選)

※参加確定した方はこちらからお電話します。

★パパとベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

3月9日(土) 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: 首が座ったころ~

ハイハイ前までのお子さんとパパ

持ち物: バスタオル・ハンドタオル・オムツ

お子さんの着替え・水分(ミルクなど)

申込: 2月26日(月) 10:00~

3月1日(金) 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



今回はパパの出番です!

★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

3月26日(火) 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しやいませんか。

定員: 10組程度

申込: 2月26日(月)~随時申込受付中

★かめさんののんびりタイム

(事前予約制/WEB予約のみ)

①3月5日(火) ②3月19日(火)

10:15~10:45

11:00~11:30 (各1名ずつ)

お子さんはひろばでスタッフがお待ちします。保護者の方はセンターの中の個室で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: ①2月27日(火) 10:00~16:00(抽選)

②3月12日(火) 10:00~16:00(抽選)

★プレママ・ベビママヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

3月26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: 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: 2月26日(月) 10:00~

3月19日(火) 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



★助産師さんと話そう

(事前予約制/WEB予約可)

3月21日(木) 13:45~14:45

テーマ: 「赤ちゃんとの過ごし方」

お風呂にはどうやって入れている?お父さんとの分担はどうしてる?など助産師さんと一緒にお話ししましょう。

定員: 7組程度

申込: 2月26日(月) 10:00~

3月14日(木) 16:00(抽選)

★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

3月30日(土) 11:00~11:30

3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: 3月生まれの方

申込: 2月26日(月) 10:00~随時受付中



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

3月13日(水) mana class(マナクラス)

…6か月くらいまで

3月27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: 2月26日(月) 10:00~

3月6日(水) 16:00(抽選)

我が家のくすっとエピソード(♡)

スマートフォンのカメラロールに知らない間に写真が100枚近く増えていることがあります。4才のけんとか私のスマホで、色々な写真を撮って、しれっとまたスマホを元の場所に戻しているの、気づくと見覚えのない写真がいっぱい!! 弟の鼻の穴のアップや、お父さんの昼寝、私の料理中など、思わず笑ってしまうものもたくさんあって、意外と楽しく見えています。

(けんとさんママ)

★皆さんのくすっとエピソードを



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：3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：3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：3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)
3月7日(火)/3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)
3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

3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

3月12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、利用者の皆さんと思いを共有しあう場です。

おはなし会

3月8日(金) 14：30～15：00

3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

3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

3月28日(木)・29日(金)

10：00～11：45/14：00～15：45

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。

2日間とも1日通して行います！

わらべうた

3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



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/>