



3月11日に避難訓練を行いました。  
いざという時のために…  
みなさんにご協力を  
いただきました。



リフレッシュひととき保育登録面接は登録の予約が必要です！

毎週火曜日と木曜日に10～12時、14～16時に登録面接を行います

- ・前日午前9時～前日16時までの事前電話予約制です。有明子ども家庭支援センターまでお電話にてご連絡ください
- ・予約枠が埋まり次第、予約終了とさせていただきます。

<ご利用される方へ>

- 体調がすぐれない場合は、入館をご遠慮いただいております。
- 大人の方は靴下の着用をお願いいたします

各種プログラムのインターネット参加申し込みがスタート！

一部のプログラムについて子育て情報ポータルサイト上で簡単に参加申し込みが行えるようになりました。

<ご利用方法>①子育て情報ポータルサイトにアクセスする。

②各みずべの参加したいイベントをクリックする。

③イベント詳細ページの下部に表示される「参加申込み受付中」より申し込む。

※ 初回申込み時に参加利用者登録をする必要があります。



申し込みページ

江東区有明子ども家庭支援センター みずべ (江東区 指定管理者 社会福祉法人景行会)

〒135-0063 東京都江東区有明2-1-8 有明ガーデン101

TEL 03-5962-4113 FAX 03-5962-4301 相談専用電話 03-5962-4118

E-mail ariakekosodate@joy.ocn.ne.jp URL <http://koto-kosodate-portal.jp/mizube/>

理事長 齋藤彰平



# ありあけつうしん

2024・4月号

## 落ち着く？ととのう？

新しい世界に進むのは、おとなも子どももちょっと勇気がいりますね。春から幼稚園や保育園に通うお子さん、お仕事復帰のお母さん、育休が終わるお父さん。家族の生活パターンが変わる報告や新天地への期待と不安も聞きます。“上手く家庭が回るのか？心配”という方もいるし、“なるようになるか！”と不安をはねのける方もいます。ドキドキする感情は悪いことではないし、少しの緊張もきっとこの先の糧になるのでしょう。

この間のひろばは満員御礼。ひろばに歩く隙間もないくらい大人と子どもがひしめき合って遊んでいました。誰もが、今日のみずべは混んでいるなと思っていると、久しぶりに来室してくれたお母さんが「あ～やっぱり、みずべって落ち着く～」と言ってくれました。こんなに混んでいるのに？ぎゅうぎゅうで熱気に包まれているのに？と思いつつも、そんな風に思ってくれることが嬉しかったのです。

家族の生活パターンが変わり心配事があっても、不安があっても(なくても)、みずべで気持ちを落ち着かせ、ととのえていってくださいね。みずべは今流行りのサウナのように思いました。もしかしてデトックス効果があるのかも！？

川北 抄子



## ありもののひとこと

おとなも子どもも  
元気・勇気・やる気・根気  
の気持ちをたいせつに  
いつでも応援しているよ！

利用は区内在住の方のみとさせていただきます。

施設内混雑状況により、利用をお断りする場合があります。

(混雑時は、ポータルサイトでお知らせいたします。)

初回利用時は登録を行いますので、保護者の方の住所の分かる身分証明書をご持参ください。