



東陽みずべ・かわらばん

2024. 5 月号

No. 272



♪ラララ～ だいすきなみずべ



「みずべ20周年のうた」 作詞：みずべのおかあさんたち/作曲：三藤あや

♪ラララ～ だいすきなみずべ ラララ～ おめでとう

大きな窓からさしこむ光 広がって明るいおへや ここに来たら みんなに会える

笑い声がひびく(中略) ここで大きくなっていく みんなで育っていく

一人じゃないから だいじょうぶ! みずべがあるから がんばれる

♪ラララ～ だいすきなみずべ ♪ラララ～ おめでとう

20歳のたんじょうび おめでとう

このうたは、2019年東陽みずべ20周年を記念し、プログラム「おうたであそぼう」の三藤さんとお母さん達で生まれました。私も大好きな素敵なお歌です。

4月から新年度に入り1か月が経ちました。皆さんの中には、入園や就職などで新しい生活が始まった方もいらっしゃると思います。振り返ると嬉しいこと、悲しいこと、疲れてしまう事などいろいろなことがあったのではないのでしょうか。この歌の様に「ここに来たらみんなに会える～一人じゃないから大丈夫～」とあるように、みずべは、これからも、こどもにとって安心して楽しく遊べる場所、お母さんお父さんにとっては、ホッとてくつろいだり、仲間の出会いによって自分の背負っている荷物を肩から降ろして、明日の力をもらえる…そんな“みずべ”でありたいと思います。4月からセンター長として来ました佐藤貴子です。どうぞよろしくおねがいいたします。 佐藤貴子



～ひろばあれこれ～



ひろばでお昼前と夕方に行っているスタッフによるミニおはなし会。2020年からスタートして4年が経ちました。はじめはお母さんやお父さんのお膝で聞いていた子ども、自らリズムに乗って揺れ、スタッフの真似っこをするなど、成長と共に楽しみ方が変化していく様子が微笑ましいです。またこども自身が楽しむだけでなく、スタッフの横でみんなのお手本になってみたり、片付けのお手伝いをしてくれることもあります。やり取りがある演目では、お母さんたちの声援が励みになっています。

季節と共に演目が変わるので、“お気に入り”を見つけにぜひいらしてくださいね。(富樫)



東陽みずべ 2024年5月スケジュール

利用登録ページ



一部プログラムの web 申込は、最初に利用登録をしていただき、「イベントカレンダー」より申込みいただけます。

日	月	火	水	木	金	土
ゴールデンウィーク中の開所について 5日(こどもの日)は開所 7日はひろばお休み・ひととき保育室は開所 します			1 ◎わらべうた ①10:30 ②11:10	2	3	4
5 ひろば 開所 	6	7 相談室 ひろばお休み	8 ◎赤ちゃんプログラム① 10:15~11:50 ◎リラクゼーション 14:00~15:00	9 枝川子育てひろば 10:00~11:45	10 くまさんひろば(1歳) 14:00~16:00	11
12	13 相談室 ひろばお休み	14 おはなし会 11:00~	15 ◎赤ちゃんプログラム② 10:15~11:50	16 ◎産後ピラティス 10:30~11:30	17 くまさんひろば(0歳) 14:00~16:00	18
19 江東 子ども まつり	20 相談室 ひろばお休み ◎KOTOハッピー 子育てトレーニング 講座(ダイジェ スト版) 10:00~12:00	21 枝川出張ひろば 14:00~15:45	22 ◎赤ちゃんプログラム③ 10:15~11:50	23 深川出張ひろば 14:00~15:45	24 くまさんひろば(0歳) 14:00~16:00	25
26	27 相談室 ひろばお休み	28 おはなし会 11:00~	29 ◎赤ちゃんプログラム④ 10:15~11:50 ◎おうたであそぼう ①14:30 ②15:10	30	31 ◎ようこそみずべ 14:00~14:30 くまさんひろば (~6ヶ月) 14:30~16:00	

*あそびのひろばの初回利用時は登録を行います。

*カレンダー内◎印のプログラムは事前予約が必要です。申込方法は各プログラムをご確認ください。

相談

○子育て相談

子育ての悩みや不安など、いつでもお電話、あるいはスタッフに声をかけて下さい。一緒に考えていきましょう。

月曜日～土曜日

面接 9:00~17:30 電話 9:00~18:00

臨床心理士による個別相談も行っております。

事前にお申込み下さい。

○家族問題相談

家族の問題、お母さん自身の悩み等についての相談です。

10日(金)、24日(金) 10:10~

○発達相談

お子さんの発達についての相談です。

6月15日(土) 13:00~

あそびのひろば

【子育てひろば】

火曜日～土曜日 10:00~16:00

- ・区外在住の方もご利用いただけます。
- ・ランチスペース(12:15~13:45)は、くまさんひろばのみになります。ランチスペースは多くの方にご利用いただけるよう、1組あたり30分以内とさせていただきます。

【ひろば利用時の注意事項】

- ①ご利用時の検温と消毒にご協力をお願いします。
- ②利用されるお子さん・保護者の方に37.5℃以上の発熱や風邪症状がある場合は、利用をお断りさせていただきます。

※詳しくはホームページをご覧ください。



わらべうた

講師の方と一緒にわらべうたで遊びます。

親子でゆったりと楽しみましょう。

講師：相京香代子さん・谷口伊都子さん

日時：5月1日（水）①10:30～ ②11:10～

定員：各回 10組程度

申込：4月24日（水）10:00～

※インターネットによる申込・先着順

くまさんひろば

0歳・1歳の年齢別のあそびのひろばです。同じ位の年齢の子と遊びたい方、ママ同士でおしゃべりしたい方、お待ちしております。申込不要です。

1歳…5月10日（金）14:00～16:00

0歳…5月17、24日（金）14:00～16:00

0歳（6ヶ月まで）…5月31日（金）14:30～

ようこそみずべ

みずべデビューの方、デビューしたけどまだ慣れなくて…という方、同じくらいの赤ちゃんのママと話してみたい方、参加をお待ちしております。

日時：5月31日（金）14:00～14:30

対象：生後6ヶ月までの赤ちゃんと保護者の方

定員：6組程度 ※電話申込・先着順

申込：4月26日（金）10:00～

産後ピラティス

みんなで身体を動かしてリフレッシュしましょう

講師：村崎春佳さん

（ピラティス講師・地域のお母さんです）

日時：5月16日（木）10:30～11:30

対象：生後1～6ヶ月程度のお子さんとお母さん

定員：6組程度（母子同室です）

申込：5月2日（木）10:00～

※電話受付・先着順



おはなし会

ボランティアさんによるおはなし会です。

申込不要で参加できます。

日時：5月14日・28日（火）11:00～11:20



おうたであそぼう

親子と一緒に季節のおうたやリズム遊びを楽しみましょう♪

講師：三藤あやさん

日時：5月29日（水）①14:30～ ②15:10～

定員：各回 10組程度

申込：5月15日（水）10:00～

※インターネットによる申込・先着順



すこやか Monday

毎月第1月曜日

5月13日 / 6月3日 10:30～12:00

育ちが気になる、健診を受けるのがちょっと心配…など、同じような悩みを共有しながら、ひろばでゆっくり過ごせます。

定員：8組程度 申込：随時

電話または受付にてお問い合わせください。

出張ひろば

今年度も2か所で開催します。

☆枝川子育てひろば（枝川区民館）

5月9日（木）10:00～11:45

塩浜児童館・東陽みずべの合同開催です

手遊びや工作などのスポットタイムも行います。

☆枝川出張ひろば（枝川区民館）

5月21日（火）14:00～15:45

広い畳のお部屋で、のんびり遊びましょう

☆深川出張ひろば

（深川スポーツセンター和室）

5月23日（木）14:00～15:45

今年度は深川スポーツセンターでの開催です。

いずれも申込不要です。

すくすく測定…身長・体重を測りたい方はお声かけください。お手伝いします。

おたんじょうびのお祝い…お誕生日を迎えるお子さんへ、誕生日カードを用意しています。



ママたちのおしゃべり会 (3回連続)

「どうする？」

保育園・幼稚園・こども園」

日時：①6/5 ②6/12 ③6/19 (連続3回)

いずれも水曜日 10:15~11:45

対象：0・1・2歳のお子さんを育てている方

☆全日程参加できる方

☆お子さんには保育があります(きょうだいも可)

定員：8組程度

講師：瀬川未佳さん(臨床心理士)

申込：5月15日(水) 10:00~

※電話申込・先着順

KOTOハッピー子育て トレーニング講座(ダイジェスト版)

子育て仲間と一緒に学び考える講座です。しついで困っているあなた、一緒にニコニコサイクル😊になる子育てについて学んでみませんか？

日時：5月20日(月) 10:00~12:00

対象：区内在住で乳幼児~小学生3年生くらいのお子さんの保護者の方

定員：18名程度(保育定員は、8組程度)

申込：4月23日(火) 10:00~

5月13日(月) 16:00まで

※お子さんの保育には定員があります。きょうだいも可。保育希望の方は電話での申込、保育を希望しない方はWEBでの申込になります。



ママたちのおしゃべり会(単発講座)

「幼稚園選びしている人集まれ」

日時：7月9日(火) 10:15~11:45

対象：幼稚園に通う予定のお子さんを育てている方

申込：6月18日(火) ~

※詳しくはかわらばん6月号にてお知らせします。

今年度の「ママたちのおしゃべり会」は、年度内開催のうち1回までの参加とさせていただきます。詳しくは館内のポスターをご覧ください。



のびのび作業所フーズの美味しいクッキー販売

5月28日(火) 11時~12時

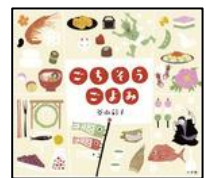


絵本紹介「ごちそうごよみ」

皆さんにとって特別な日に食べるごちそうは何ですか？

私はお正月に食べるお雑煮が頭に浮かびます。初めてお雑煮を作ったのは大学一年生の時でした。母に教わりながら、前日から仕込みをし、完成するまでに長い時間と多くの工程があるのだと驚きました。お雑煮、地域ごとに入れる具材や出汁の種類が違い、特色がありますよね。いつか日本の全てのお雑煮を食べてみたいです。

絵本には、1月から12月までの日本で親しまれている行事とごちそう、そしてごちそうを食べる意味が可愛らしく食べたいイラストとともに紹介されています。どのページを開いてもお腹がぐうぐう鳴ってしまいます。(小川)



作：谷山彩子

出版社：小学館

江東区東陽子ども家庭支援センター “みずべ” 江東区東陽 3-1-2

TEL03-3699-4871 (相談専用 03-5665-4017) FAX03-5665-4780

URL <http://www.koto-kosodate-portal.jp/mizube/> (指定管理者：社会福祉法人雲柱社)