



# 東陽みずべ・かわらばん

2024. 12 月号 No. 278

世界中のこどもたちに平和と笑顔がありますように…

12月になりました。大人になると一年を早く感じますが、こどもの時は一年が早いなんて感じたことはありませんでした。ある人が、「こども時代は毎日が発見で、新しいものとの出会い吸収していくから一年が長く感じる」と言うことを聞いたことがあります。確かにそうです。さて、今年を振り返って見ると、みなさんはどんな一年だったでしょうか？

新しく赤ちゃんを迎えた家庭では、初めてのこどもの発熱に心配で、また夜泣きで眠れずに辛く、眠れぬ夜を過ごした方もいるでしょう。また初めての寝返りや、ハイハイ、あんよと、嬉しい出来事もありましたね。

それから兄弟が生まれ、家族が増えて賑やかになったことも…育休明け、初めての保育園、幼稚園入園にお母さんお父さんもドキドキしたり、新しい生活に大人も体調を崩したりしたこともあったかもしれません。たくさん笑って、泣いて…そんな時にみずべでの仲間との出会いが支えになったこともあったと思います。

あんなことやこんなこと…いろいろなことがあった一年、よくやってきた自分にご褒美をちゃんと用意して、ゆっくり過ごす時間がとれると良いなと思います。

それから、世界の平和を祈らずにはられません。このクリスマスに世界中のこどもたちに笑顔がありますように…温かなクリスマスを…

佐藤貴子

## ☆アンケート集計結果揭示

アンケートの回答にご協力いただき、ありがとうございます。

アンケートの結果はそうさんひろばに掲示してありますので、ご覧ください。

☆クリスマスの原画展 12月10日(火)～12月24日(火)

さとうよしこさんのパネルシアターを展示します。おたのしみに…。

☆年末年始の休館 12/29(日)～1/3(金)です。



# 東陽みずべ2024年12月スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
1	2 相談室 ひろばお休み	3	4 わらべうた ①14:30②15:10	5	6 くまさんひろば(1歳) 14:00~16:00	7
8	9 相談室 ひろばお休み 📞すこやか マンデー 10:30~12:00	10 おはなし会 11:00~11:20	11 冬の特別企画 「おうたであそぼう クリスマス」 11:00~11:30	12 枝川子育てひろば 10:00~11:45 おもちゃ病院 14:00~15:00	13 くまさんひろば(0歳) 14:00~16:00	14 ファミリーおたのしみ クリスマス会 14:30~15:00
15	16 相談室 ひろばお休み	17 おはなし会 11:00~11:20	18 📞リラクゼーション 14:00~15:00	19 📞おっぱいQA 10:20~12:00	20 くまさんひろば(0歳) 14:00~16:00	21 ふたごちゃん ひろば 10:00~12:00
22	23 相談室 ひろばお休み	24 クリスマス 特別おはなし会 11:00~11:20 枝川出張ひろば 14:00~15:45	25	26 深川出張ひろば 14:00~15:45	27 📞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	28
29	30	31				

## 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

### 【専門相談】

臨床心理士による個別相談も行っております。※事前予約制

#### ○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。

6日(金)、20日(金) 10:10～

#### ○発達相談

お子さんの発達についての相談です。

12月21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

- ・初回利用時は登録を行います。
- ・区外在住の方もご利用いただけます。

### 【ランチタイム】

場所:くまさんひろば 時間:12:15～13:30

※時間外のお食事、おやつはご遠慮いただいています。

※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。

### 【離乳食コーナー】

給湯室にて離乳食が食べられます。

※利用時は受付にお声かけください。

リフレッシュひととき保育のご利用には、登録が必要です(予約制)

登録日:月・水曜日 10:00～12:00 / 14:00～16:00

お電話で、または来所時にご予約をお願いします。

**プログラムお申込みについて※江東区民の方優先**

プログラムによって、それぞれ定員があり事前の予約が必要となります。参加費については無料ですが、材料費がかかるものは実費となる場合もあります。詳しくはスタッフにお問合せ下さい。  
また併せてポータルサイトにアップされるプログラム詳細やイベントカレンダーをご覧ください。

《電話受付》☎のマークがあるプログラムは電話受付となります。

受付時間:10:00～16:00 TEL:03-3699-4871

<p><b>ようこそみずべ</b> <span style="float:right">【先着】定員 8 組程度</span> 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、参加をお待ちしています。 日時:12月27日(金)14:00～14:30 申込:11月22日(金)10:00～ 対象:生後6ヶ月までの赤ちゃんと保護者の方</p>	<p><b>すこやかマナー</b> <span style="float:right">【先着】定員 8 組程度</span> 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。受付でも申込可能です。 日時:12月9日(月)10:30～12:00 申込:随時</p>
<p><b>リラクゼーション</b> <span style="float:right">【先着】定員 8 組程度</span> アロマの香りの中、ゆっくりとした呼吸をして心と身体がリラックスするプログラムです。 講師:太田喜乃さん 日時:12/18(水)14:00～15:00 申込:11/27(水)10:00～初めての方 12/4(水)10:00～2回目以降の方 ※お子さんは保育があります。</p>	<p><b>おっぱいQA</b> <span style="float:right">【先着】定員 4 組程度</span> 授乳中のお母さんが困っていること、迷っていることなどを助産師さんが一緒に考えてくださいます。 講師:石川真由美さん 日時:12月19日(木)10:20～12:00 申込:12月5日(木)10:00～ ※約20分の個人面談です。</p>
<p><b>赤ちゃんとお母さんの家族</b> <b>～はじめの一步～</b> <span style="float:right">【先着】定員 8 組程度</span> スタートしたばかりの子育てを応援するための連続講座です。 ゆったりしながらおしゃべりできる場を用意しています。 ファシリテーター:木村弘美さん 日時:1/7・14・21・28(火)10:15～11:45 申込:11/26(火)10:00～ 対象:生後2～5か月(2024.7.8～11.7生まれ)の第1子の赤ちゃんとお母さん ※4回連続講座です</p>	<p><b>ゆる体操</b> <span style="float:right">【先着】定員 8 組程度</span> 肩こりや腰痛などの症状に効果がある体操です。 妊婦さん(16週以降)もぜひ。 講師:木切倉真澄さん 日時:1月17日(金)10:30～11:30 申込:12月20日(金)10:00～初めての方 12月27日(金)10:00～2回目以降の方 ※お子さんは保育があります。</p>

《申込不要》

**ファミリーおたのしみクリスマス会**

みんなでクリスマスの歌を一緒に歌い、楽しいひとときを過ごしましょう。  
日時:12月14日(土)14:30～15:00



《申込不要》

<p><b>わらべうた</b> 親子でゆったりとわらべうたを楽しみましょう。 講師：相京香代子さん・谷口伊都子さん 日時：12月4日(水)①14:30～②15:10～</p>	<p><b>くまさんひろば(年齢別あそびのひろば)</b> 同じくらい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。 1歳…12月6日(金)14:00～16:00 0歳…12月13、20日(金)14:00～16:00 0歳(6か月まで)…12月27日(金)14:30～16:00</p> 	
<p><b>冬の特別企画「おうたであそぼうクリスマス」</b> 親子で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：12月11日(水)11:00～</p> 	<p><b>ふたごちゃんひろば</b> 一緒に遊びながら話しませんか？ 日時：12月21日(土)10:00～12:00 対象：双子、三つ子の親子の方、これから迎える予定の保護者の方</p> 	
<p><b>おはなし会</b> ボランティアさんによるおはなし会です。 日時：12月10日(火)11:00～11:20 12月17日(火)11:00～11:20 <b>冬の特別おはなし会～クリスマス～</b> アイデアいっぱいの冬のおはなし会です。 講師：さとうよしこさん 日時：12月24日(火)11:00～11:20</p> 	<p><b>おたんじょうびのお祝い</b> 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。 <b>すくすく測定</b> 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。</p> 	
<p><b>枝川子育てひろば</b> 塩浜児童館・東陽みずべ合同開催 手遊びや工作などのスポットタイムも行います。 12月12日(木)10:00～11:45 場所：枝川区民館 和室</p>	<p><b>枝川出張ひろば</b> 広い量のお部屋で、のんびり遊びましょう。 12月24日(火)14:00～15:45 場所：枝川区民館 和室</p>	<p><b>深川出張ひろば</b> 今年度は深川スポーツセンターでの開催です。 12月26日(木)14:00～15:45 場所：深川スポーツセンター和室</p>

ひろばあれこれ

東陽みずべの長い廊下では、色々な出会いが生まれています。

ある日、お母さんに横抱きされている3カ月の赤ちゃんの脇を、ハイハイや伝い歩きをして通過していく10カ月前後の子どもたちの姿がありました。「わあ、すごい、あんな風にハイハイするんだ」とハイハイする子どもたちを見つめるお母さんと、「わあ、ちっちゃ～い、懐かしい」と抱っこされている赤ちゃんをそっとのぞき込むお母さんたち。「今、何カ月ですか？」と互いに声をかけながら、笑顔で会話が弾みます。

みずべの廊下は人と人の気持ちをつなぐきっかけをくれる場所かもしれません。今日は、どんな出会いがあるかな？と考えながら、ひろばで皆さんのことをお待ちしております。

(森重)

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)