



みんなで作る子育てひろば

# 南砂みずべ かわらばん

2024・12月号 No.208

## 戸外派?!室内派?!

カレンダーが最後の1枚になりました。皆さんにとって今年はどうな年だったでしょうか。ここに来てようやく冬らしくなりましたがずっと暑かったイメージがあります。一気に気温が下がり、いよいよ本格的な冬を迎えます。大人は寒くなると外に出るのも億劫になりがちですが、元気いっぱいの子どもたちは寒さに関係なく外に行きたがりますよね。以前ママたちの座談会で『寒い時はどう過ごしているか』という話題になり“ほどよくお日さまの光を浴びることは免疫力を高めるみたい、それに昼夜の区別がついて生活リズムが整った”と先輩ママからのアドバイスがありました。

済んだ空気の中を歩いてみるのも子どもにとって良い刺激になるし気分転換になると思います。外に出るのはちょっと…という方は、みずべのひろばも安全に動き回れるのでエネルギーの発散になるのではないのでしょうか。

今月のみずべはクリスマスで彩られます、『クリスマス特別おはなし会(要予約)』や『クリスマスおんがく会(予約なし)』は親子で楽しめるものを用意していますので是非温かくしていらしてください。

篠原喜美



## 《あそびのひろば》

【子育てひろば】 10時～16時 ※区外在住の方もご利用いただけます。



### 【ランチタイムについて】

ランチスペースは体験学習室のみとなります。

- ① ランチタイムは 12:00～13:30 となります。それ以外の時間のお食事は禁止とさせていただきます。
- ② 交代で多くの方にご利用いただけるよう、ご利用は1組あたり30分以内とさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。※おやつはご遠慮ください。

### 【注意事項】

- ① 検温・体調確認票の記入は4月1日をもって廃止としますが、引き続き、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。

(発熱の場合は、解熱後 24 時間以上経過してからご利用ください。)



## 今月のわたしのお気に入り

この本を手にとったのは、淡いタッチに色とりどりのお花がきれいだなと思った事がきっかけでした。

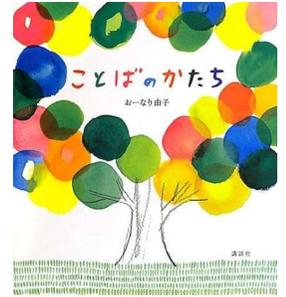
美しいことばはお花のかたち。優しい声はさくらいろ。傷つけることばは針の形。

そんな風にことばに色や形があったなら、私の周りにはどんな色やかたちが溢れているのだろう。自分からでたことばはきっと、素敵な色や形ばかりではないけれど、優しい色でありたいな…。そんな事を考えながら読んだ一冊です。  
(武藤)

題名:「ことばのかたち」

文: おーなり由子

出版: 講談社



## 南砂みずべ わかち合いバザー2024

10/26(土)今年も室内でバザーを開催しました。3部までは予約制、4部は詰め放題タイムも登場し、トータル70組を超える来場者で賑わいました。売り上げは、ひろばのおもちゃ購入や能登半島被災地、地元子ども関係事業所への寄付金に使わせていただきます。



←おもちゃ・雑貨コーナーも大盛況！売り子のママが頑張ってくれました



ママズコトンの売場→には沢山の可愛い手作り品が並びました♡ 皆さんじっくり選んでいました



## 2024 南砂みずべ クリスマス会

★クリスマス  
特別おはなし会  
12月18日(水)  
11:00~11:30  
体験学習室にて  
〈予約制・30組〉

★クリスマス  
おんがく会  
12月21日(土)  
10:20~11:20  
ひろばにて  
〈予約なし・定員なし〉

特別おはなし会恒例のブラックパネル  
~Xmas.ver~は見事です！  
音楽会は南砂が誇るうたい隊が Xmas 気分を盛り上げてくれます！  
今年には他にもスペシャルゲストが登場するとか?! お楽しみに!!

## 《リフレッシュひととき保育》

ひととき保育の利用には登録が必要です。

登録面接も事前予約制となっています。(前日予約ではありません)

登録受付日時 : 月・水曜日 10:00~12:00 14:00~16:00

予約方法 : お電話又は、来所時にお申込みください。9:00~16:00



※ お誕生日月に遊びにいらしたお子さんへ、お誕生日カードをプレゼントしています。

※ ひろばに遊びにいらした際には身長・体重測定ができます。お気軽にお声かけください。



江東区南砂子ども家庭支援センター “みずべ”

【江東区子育て情報  
ポータルサイト南砂】



〒136-0076 江東区南砂3-14-1-101 (指定管理者: 社会福祉法人雲柱社)

TEL03-5617-8106 FAX03-5617-7773 (児童虐待ホットライン TEL03-3646-5481)

Emai: [minamisunakosodate@ka.baynet.ne.jp](mailto:minamisunakosodate@ka.baynet.ne.jp) URL: <http://koto-kosodate-portal.jp/mizube/>

# 相談

## 子育て相談

子育ての悩みや不安、こどもの成長発達についての心配がありましたら、いつでもお電話、あるいはスタッフに声をかけて下さい。一緒に考えて行きましょう。

月曜日には相談室を設けております。(事前予約制)

月曜日～土曜日・面接 9:00～17:30 ・電話 9:00～18:00

## 専門相談



### ◎発達相談

専門相談員による個別の発達相談を行っています。(事前予約)

専門相談員 秋田彰子先生(公認心理師)

12月14日(土)13:30～

### ◎家族相談

家族の相談、お母さん自身の悩みなどについての相談です。(事前予約)

専門相談員 龍野陽子先生

12月10日(火)13:30～

### ◎すこやかマンデー

12月23日(月)10:30～11:45

おもに発達に心配のあるお子さん、しょうがいのあるお子さん親子を対象にしたプログラムです。ゆったりとしたひろばで思いっきり遊びましょう。



### ☆リフレクソロジー

12月3日(火)10:30～

ほど良い強さの足への刺激でほっと一息ついてみませんか?

講師：藤井朋代さん  
(みずべママ)

定員：3名(お一人20分)

場所：体験学習室

申込：11月12日(火)、  
13日(水)の2日間

### ☆わらべうた

12月4日(水)10:30～

ふれあい遊びを通してお子さんと楽しい時間を紡ぎましょう。

講師：伊藤美代子さん  
(元保育園園長)

定員：15名

場所：体験学習室

申込：11月13日(水)～

### ◎助産師さんの個別相談

12月5日(木)14:30～

お子さんの育ち、お母さんの身体やおっぱいの事など個別にお話できます。

助産師：早川友香さん  
松本富美子さん

定員：3組(お一人20分程度)

場所：体験学習室

申込：11月14日(木)～

### ☆年齢別プログラム

#### 「あつまれBABY」

12月6日(金)10:30～11:30

親子の触れ合い遊びやママ達との交流しませんか。みんなで足形カード作りもします。

対象：0歳のお子さん  
(第一子の方優先です)

定員：8組程度

場所：体験学習室

申込：11月15日(金)～

### ☆プレパパプレママ講座

12月7日(土)10:30～11:45

出産のことや赤ちゃんのことを助産師さんに教えてもらえます。

助産師：松本直美さん  
弓削美鈴さん

対象：第一子の赤ちゃん  
を迎えるご家族

定員：4組程度

場所：体験学習室

申込：11月16日(土)～

### ☆ようこそみずべ

12月13日(金)11:00～

初めてみずべを利用する方の為のお時間です。プログラムの紹介などスタッフが丁寧にご案内します。

対象：1歳位までの赤ちゃん

定員：6組程度

場所：体験学習室

申込：11月22日(金)～

### ☆クリスマス特別おはなし会

12月18日(水)11:00～11:30

毎年恒例の佐藤芳子さんのクリスマス特別おはなし会です。ブックシアターもあります。

定員：30組程度

場所：体験学習室

申込：11月27日(水)～

### クリスマスおんがく会

12月21日(土)10:20～11:20

みずべママによるコーラスグループ「うたい隊」によるクリスマスコンサートをメインにスタッフやみずべパパからの楽しみがあります。

ひろばで開催予定です。  
\*予約不要です。



# 南砂みずべ 12月プログラム

◎…電話予約  
☆…ネット予約

月	火	水	木	金	土	
2	3 ☆リフレク ソロジー 10:30～	4 ☆わらべうた 10:30～11:00 うたい隊練習日 14:00～	5 ◎助産師さんの 個別相談 14:30～	6 ☆年齢別 プログラム 10:30～11:30	7 ☆プレパパ プレママ講座 10:30～11:45	
9 相談室 ひろばお休み	10 ◎家族相談 13:30～	11 おはなし会 11:00～11:15	12	13 ☆ようこそみずべ 11:00～11:45	14 うたい隊練習日 10:00～ ◎発達相談 13:30～	
16 相談室 ひろばお休み	17	18 ☆クリスマス 特別おはなし会 11:00～11:30	19	20	21 クリスマス おんがく会 10:20～11:20	
23 相談室 ひろばお休み	24	25 おはなし会 14:30～14:45	26	27	28	
30	31					イラスト by まめさん

## 出張ひろば

### ☆砂町子育てひろば

- ①12/5②12/19 木曜日10:00～11:30
- ・申込:①11/21②12/5 10:00～
- ・場所:砂町区民館(北砂4-7-3)
- ・定員:8組程度

### ☆亀高子育てひろば

- 12/12 木曜日10:00～11:30
- ・申込:11/28 10:00～
- ・場所:亀高地区集会所(北砂6丁目亀高公園内)
- ・定員:10組程度

## 《講座参加 申し込み方法》

◎印のプログラムは、事前に☎電話で予約が必要です。原則3週間前から受付ます。

☆印のプログラムは、インターネットで予約が必要です。

QRコードから申込できるプログラムです。

江東区子育て情報ポータルサイト→「子育て施設イベント」

→「イベントカレンダー」から「南砂」の参加したいプログラムをクリック！

