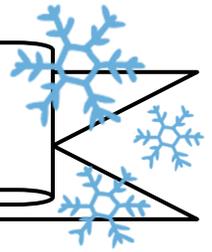




みんなでつくる子育てひろば
亀戸みずべかわらばん

2024年
 12月号
 NO.31



「 願いを込めて 」

秋の気候とは思えない程の暖かさも過ぎて、11月の半ばにようやく秋が深まってきたようです。これからの季節は、厚手のコートやダウンジャケットの出番が増えていきますね。

さて、先月は亀戸みずべDAYにたくさんの親子が遊びに来てくださいました。今年は5部制で開催したことで、一日中混み合う事もなく、ゆっくりとブースを周りながらイベントを楽しんで頂けたようです。ありがとうございました。お手紙のブースでは「**未来の我が子へ**」という内容で、親御さんから、こどもたちへメッセージをお手紙にして書いて下さいました。手紙を書くお母さんお父さんの表情はとても優しくあたたかく、穏やかないい時間が流れていました。こどもとの生活は穏やかな時間ばかりではありませんが、日々困ったり悩んだりを繰り返しながらも、そんな時こそ一歩立ち止まって、お手紙に書いたこどもへの願いや想いを思い出してもらえたら、とても嬉しいです。12月にはクリスマスを迎えます。今もなお世界ではいろいろな争いが、止むことなく続けられています。そしてたくさんのこどもたちが巻き込まれています。どうか人々の命が守られて穏やか日々が訪れますように。願い続けていきたいと思ひます。

山澤 美津子



クリスマス会

12月20日(金)

第一部/10:30~10:50 第二部/11:30~11:50

第三部/13:30~13:50 第四部/15:30~15:50

(各回20分)

今年はクリスマスの絵本を元にしたペープサートを行います。
 赤ちゃんから楽しめるよう、短い時間になっています。
 1日の中で4回ありますので、ご都合の良い時間にぜひ来てくださいね♪
 予約は必要ありません。
 ひろばは通常通り(10:00~16:00)で開館しています。

※駐輪場・ベビーカー置き場の混雑緩和の為、徒歩・抱っこひもでの来館をおすすめします。
 ※かわらばん2024年11月号でお知らせした時間から、一部変更になっています。
 ご確認ください。

みずべからクッキーの
 プレゼントもあります♪

プログラムの申込はこちらから。
 予定表の確認もできます。
 (ポータルサイト)



亀戸みずべ12月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
1	2 相談室 出張ひろば (青少年交流プラザ) ひろばやすみ	3 ◎グループ懇談会 みずべ会議	4	5 ★かめさんの のんびりタイム	6 ◎赤ちゃんと創る 私の家族	7 芳子さんのおはなし会
8	9 相談室 出張ひろば (亀戸北地区集会所) ひろばやすみ	10 ★ハンド トリートメント	11 ★ベビールーム(manal)	12	13 おはなし会	14 ★パパと ベビーマッサージ
15	16 相談室 出張ひろば (亀戸スポーツ センター) ひろばやすみ	17 ◎グループ懇談会	18 ★かめさんの のんびりタイム ★ベビールーム(ulu)	19 おはなし会 ◎助産師さんの 個別相談	20 クリスマス会	21 ★パパカフェ
22	23 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	24 ★プレママ・ベビママ ヨガ	25 すこやか測定(AM)	26 すこやか測定(PM)	27 ★ようこそみずべへ	28 ★誕生日会
29	30	31	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; background-color: #e6f2ff;"> <p>〈年末年始のお知らせ〉 12月29日(日)～ 1月3日(金)までお休みです。</p> </div>			

プログラムのご利用は
江東区の方優先とさせていただきます。

【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。

★マークのプログラムについて

- 子育て情報ポータルサイトより、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。
- 抽選終了後、空きがある場合は先着順でお申込みいただけます。

★かめさんののんびりタイム (事前予約制/WEB予約のみ)

①12月5日(木) ②12月18日(水)
10:10～10:50 / 11:10～11:50
(各1名ずつ)

お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：①11月28日(木) 10:00～16:00(抽選)
②12月11日(水) 10:00～16:00(抽選)

★パパとベビーマッサージ (事前予約制/WEB予約可)

12月14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ひ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：11月25日(月) 10:00～

12月6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。

★パパカフェ～パパのひろば～ (事前予約制/WEB予約可)

12月21日(土) 10:30～11:30

パパとお子さんで集って遊んだり、情報交換したりしませんか。パパのみずべデビューにいかがですか。プレパパも大歓迎です!!

定員：7組程度

申込：11月25日(月) 10:00～

12月13日(金) 16:00(抽選)

パパの出番です!





★baby room

(事前予約制/WEB予約可)



- ①12月11日(水) mana (マナ) class
…6か月くらいまで
 - ②12月18日(水) ulu (ウル) class
…6か月以上1歳まで
- 時間はいずれも14:15~15:00

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: 8組程度

対象: ①mana class: 6か月くらいまでの親子
②ulu class: 6か月以上1歳までの親子

申込: どちらも11月25日(月) 10:00~
12月4日(水) 16:00(抽選)



★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

12月27日(金) 14:30~15:30

みずべってどんどころ?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ゃいませ
んか。

定員: 10組程度(先着)

申込: 11月25日(月) 10:00~

随時申込受付中



★ハンドトリートメント

(WEBのみの事前予約制)

12月10日(火)

- ①14:00~14:20 ②14:20~14:40
- ③14:40~15:00 ④15:00~15:20
- ⑤15:20~15:40

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: 12月3日(火) 10:00~16:00(抽選)

※お一人一回でお願いいたします。

※希望の時間枠いくつでも抽選可能です。

※お子さんはひろば内で保育します。



★プレママ・ベビママヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

12月24日(火) 10:30~11:30

プレママさん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: 11月25日(月) 10:00~

12月10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。



★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

12月28日(土) 11:00~11:30

12月生まれのお子さんのお誕生日をみんなで祝い
しましょう。

対象: 12月生まれの方

申込: 12月2日(月) 10:00~随時申込受付中

◎助産師さんの個別相談

(電話のみの事前予約制)

12月19日(木) 13:45~15:05

おっぱいに関すること、産前産後の心の変化、赤ちゃんの
体重の増え等、助産師さんに個別にご相談いただけます。

定員: 4組(一人20分ずつ)

申込: 12月5日(木) 10:00~(先着)



12月のおりがみ

~サンタブーツ~

⑤



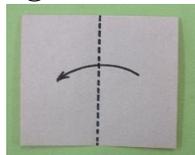
ひっくり返して...
完成!

①



点線で折る。

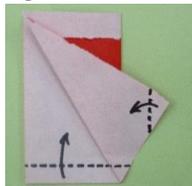
②



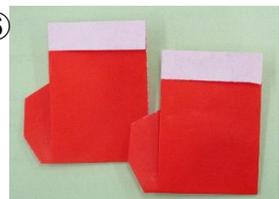
③



④



⑥



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：12月2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)

亀戸北地区集会所出張ひろば

月日：12月9日(月)
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)

亀戸スポーツセンター出張ひろば

月日：12月16日(月)
時間：10：00～11：45
場所：亀戸スポーツセンター/3階小体育室
(亀戸8-22-1)



すこやか測定

12月25日(水) 10：00～11：45
26日(木) 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。江東区内の方優先となります。



すこやかマンデー

12月23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。



みずべ会議

12月3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、利用者の皆さんと想いを共有しあう場です。

<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)

12月10日(火)/12月26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)

12月17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づらい…などの個別の発達相談です。事前予約制です。



おはなし会

12月13日(金) 14：30～14：50

12月19日(木) 10：30～11：00

0歳の赤ちゃんから年齢問わず楽しめるおはなし会になっています。予約不要です。

佐藤芳子さんのおはなし会

12月7日(土) 14：30～15：00

読み聞かせのスペシャリスト佐藤芳子さんによるおはなしかいです。予約不要です。

講師：佐藤芳子さん



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/>

(指定管理者：社会福祉法人 雲柱社)