

大島みずべ 1月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
<p> : ポータルサイト申込</p> <p> : 電話 or ひろば受付申込</p> <p>無印 : 自由参加</p>			1	2	3	4
<p>12/29~1/3はお休みです。</p> <p>ひろばは1/4、ひととき保育は1/6に再開します。</p>						
5	6 相談室 ひろば休み 北砂子育てひろば 10:00~11:30	7 ママ友ほしい ママたちあつまれ (12/27迄申込) 10:15~11:45 すこやか測定 10:30~11:30	8 あつまれ! みず baby 10:30~11:00 すこやか測定 14:30~15:30	9 すこやか測定 10:30~11:30	10 ベビトレヨガ (ママとくタイム) 10:30~11:15 助産師と 語ろう 14:00~15:15	11 パパ café 10:30~12:00
12	13	14 幼稚園決まった 人あつまれ 10:00~11:00	15 おはなし会 10:30~11:00	16	17 ハローみずべ 10:30~	18 誕生会 10:30~
19	20 相談室 ひろば休み すこやか マンデー 10:30~12:00	21 ママ友ほしいマ マたちあつまれ (12/27迄申込)	22 おはなし会 10:30~11:00 ちょっと おおきな! みず baby 14:30~15:00	23 ハンドトリ ートメント 10:00~12:00 出張児童館 さくらんぼひろば 14:30~ 15:00	24 ボディケア 10:00~12:00	25
26	27 相談室 ひろば休み 東大島子育て ひろば 10:00~11:30 マタニティ ヨガ 10:30~11:45	28 ベビー マッサージ (ママとくタイム) 10:30~11:30	29 おはなし会 10:30~11:00	30 栄養士さん を囲んで 10:30~11:15	31	<p>ポータルサイト へGO</p>

専門相談

事前申込制です。お気軽にお問い合わせください。

〇子育て相談

面接 9:00~17:30

電話 9:00~18:00

ひろばスタッフが一緒に考えます。子育ての悩みや不安、こどもの成長についての心配など、お気軽にお声かけください。月曜は相談室（※事前申込制）を設けます。

〇発達相談

1月18日（土）13:00~

専門相談員：染谷 利一 先生（公認心理師）こどもの発達、言葉の遅れなどについての相談

〇家族相談

1月31日（金）10:10~

専門相談員：瀬川 未佳先生（臨床心理士）家族の問題、ご自身の悩みなどについての相談

〇子育て相談

2月27日（木）10:00~

専門相談員：山川 恵子 先生（公認心理師・保健学博士）こどもの心の育ち、親子関係についての相談



あつまれ!みず baby

- ① 1月8日(水)10:30~11:00
- ② 2月5日(水)14:30~15:00

赤ちゃん親子たち集まれ～。月齢が近いお友達で情報交換をしたり、自由にあそびましょう。

- ・対象：6ヵ月までの親子 ・定員：10組程度
- ・申込： ① 受付中 (先着順)
- ② 1月15日(水)10:00~(先着順)



ちょっとおおきな!みず baby

- ① 1月22日(水)14:30~15:00
- ② 2月19日(水)14:30~15:00

「あつまれ!みず baby」よりも、ちょっと大きなお子さんが参加できます。

- ・対象：7~12ヵ月の親子 ・定員：8組程度
- ・申込： ① 1月4日(土)10:00~(先着順)
- ② 1月29日(水)10:00~(先着順)

ベビトレヨガ (ママとくタイム)

- ① 1月10日(金) 10:30~11:15
- ② 2月7日(金) 10:30~11:15

親子のヨガです。ふれあい遊びや手遊び歌を通して親子のスキンシップを大切にしています。

- ・ママ講師：SAYURIさん
- ・対象：首がすわってから~ハイハイ前までの
お子さんと保護者
- ・定員：6組
- ・申込： ① 12月23日(月) 10:00
~ 12月27日(金) 16:00 (抽選)
- ② 1月27日(月) 10:00
~ 1月31日(金) 16:00 (抽選)

※水分補給できるものをご持参ください。
※予防接種後48時間以内の方・体調のすぐれない方はご遠慮ください。

助産師さんと語ろう

- ① 1月10日(金)14:00~15:15
テーマ「生活リズム 睡眠や夜泣きについて」
- ② 2月14日(金)14:00~15:15
テーマ「おちんちんのケア」

- ・対象：① 3ヵ月~11ヵ月までの親子
② 3ヵ月~11ヵ月までの親子
- ・定員：8組
- ・申込： ①受付中 (先着順)
- ②1月24日(金)10:00~(先着順)

ハローみずべ

- ① 1月17日(金) 10:30~11:30
- ② 2月21日(金) 10:30~11:30

初めてみずべを利用する方、まだ慣れていない方、一緒にお話ししましょう。測定もできます。妊婦さんも遊びに来てください。

- ・内容：・みずべの案内・足形アート・わらべうた 他
- ・対象：6ヵ月までの赤ちゃんと保護者の方
プレママ・パパさん
- ・定員：8組
- ・申込： ① 12月27日(金)10:00~(先着順)
- ② 1月31日(金)10:00~(先着順)

栄養士さんを囲んで

1月30日(木)10:30~11:15

食べる?食べない?これでいいのかな?進め方は?など皆で話しませんか。

- ・講師：大森 玲子(管理栄養士)
- ・対象：離乳食中期~1歳くらい
- ・定員：8組
- ・申込： 1月9日(木)10:00~(先着順)

わらべうた

2月12日(水) ①10:30~ ②11:10~

講師の方と一緒にわらべうたで遊びます。親子でゆっくとした時間を過ごしましょう。

- ・講師：相京 香代子さん
- ・定員：各回10組程度 ※参加は①②のどちらかです。
- ・申込： 1月22日(水)10:00~(先着順)

ベビーマッサージ(ママとくタイム)

- ① 1月28日(火) 10:30~11:30
- ② 2月25日(火) 10:30~11:30

一緒にスキンシップを楽しみましょう。

- ・ママ講師：KAZUさん
- ・対象：首がすわったところ~ハイハイ前までのお子さんと保護者
- ・定員：8組
- ・申込： ① 1月7日(火)10:00~(先着順)
- ② 2月4日(火)10:00~(先着順)
- ・持ち物：バスタオル、ハンドタオル、着替え
- ※予防接種後72時間以内の方はご遠慮ください。

フレママさん向け

マタニティヨガ

1月27日(月) 10:30~11:45

- ・対象：17週から37週の妊婦さん
- ・定員：6組程度(初産婦さんが優先)
- ・講師：重松みずほさん(ヨガインストラクター)
- ・申込： 受付中 (先着順)
- ※かかりつけのお医者さんに相談の上お申込ください。



出張ひろば

おもちゃをもって出張します。予約不要です。



○北砂子育てひろば 1月6日(月)10:00~11:30

・場所：UR北砂5丁目団地 1号棟集会所(北砂5-20)

○東大島子育てひろば 1月27日(月)10:00~11:30

・場所：東大島文化センター2階
第1和室(大島8-33-9)