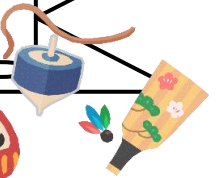




# みんなでつくる子育てひろば 亀戸みずべかわらばん

2025年  
1月号  
NO.32



新年 あけましておめでとうございます。  
今年も地域のみなさまと共に笑顔あふれる、亀戸「みずべ」を  
創っていきたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。

## 亀戸“みずべ”スタッフ一同

新しい年を迎えました。ご家庭ではこの年末年始をどのようにお過ごしになりましたでしょうか。ゆっくりとお正月を過ごされたかたも、慌ただしく過ごされたかたもいらっしゃるでしょう。

さて、今年の干支は乙巳（きのとみ）です。「再生や変化を繰り返しながら柔軟に発展していく年」乙（きのと）はこれから草木が成長していく様を。そして巳（み）は、植物が最大限まで成長した状態を表します。この両極端ともいえる組み合わせは、成長の途中にありながらも、これまでの努力や準備が結びはじめ、勢いが増していく年となると言われています。

昨年、年明けに能登半島地震が起こり、そこに生きる人々や子どもたちの環境は大きく変わり果て、今もまだ大変な状況に置かれています。又コロナ禍が過ぎ去り、人々の流れが躍動し繋がりが広がっていますが、世界中でいろいろな問題が起こっています。簡単に解決できない難しいことではありますが、それでも私たちは、お互いの思いに立って考えながら、一つ一つ出来る事から始めていく。そのことを大切にしていきたいと思います。

今年も新たな気持ちで、私たち亀戸みずべは「いつでも親子がほっとして過ごせる居場所」を整え、みなさまの様々な思いに耳を傾けたいと思っています。たくさん笑顔で過ごせる一年となりますように。そしてみずべにいらしてください、たくさんのお母さんやお父さんや子どもたち、地域のボランティアさんと共に、子どもを育て育ちあいながら、あたたかなひろばを目指していきたいと思います。

山澤 美津子

## 「未来の我が子へ」お手紙返却します！！

2024年11月9日に行った「かめいどみずべDAY」でみなさんから集まったお手紙を返却します！

みずべまで受け取りに来てください。

ひろばに遊びに来た際に受付でお声がけくださいね。

**返却期間：2025年1月7日(火)～3月末まで**



## ★おもちゃ病院（事前予約制/WEB予約可）

1月29日（水）14：00～15：30

おもちゃのお医者さんがみずべにやってきます。思い出のおもちゃ、大切に使用しているおもちゃで壊れてお休みしているものがあったら診てもらいませんか？

申込：12月25日（水）10：00～随時申込受付中

※おもちゃは当日お持ちください。

※修理費用は無料ですが、部品を取り換えた場合、部品代をいただくことがあります。



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



# 亀戸みずべ1月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
12/29~1/3までお休みです						
5	6 相談室 出張ひろば (青少年交流プラザ 亀戸北地区集会所)  ひろばやすみ	7	8 ★かめさんの のんびりタイム ★ベビールーム(mana)	9 ★ベビーマッサージ	10 ◎KOTOハッピー トレーニング講座	11
12	13 成人の日	14 ★ハンド トリートメント	15 ★ベビールーム(ulu)	16 おはなし会  ★助産師さんと話そう	17 ★赤ちゃんとお母さん のための食事の話	18 ★ふたごちゃんをついで
19	20 相談室 出張ひろば (亀戸スポーツセンター)  ひろばやすみ	21 ★かめさんの のんびりタイム	22 すこやか測定(AM)	23 すこやか測定(PM)	24 わたべうた  おはなし会	25 ★誕生日会
26	27 相談室 すこやかマンデー (PM)  ひろばやすみ	28 ★プレママ・ベビママ ヨガ	29 ★おもちゃ病院	30 ★ようこそみずべへ	31	

## ★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。

【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。

## ★かめさんののんびりタイム

(事前予約制/WEB予約のみ)

①1月8日(水) ②1月21日(火)  
10:10～10:50 / 11:10～11:50  
(各1名ずつ)

お子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：①12月27日(金) 10:00～16:00(抽選)

②1月14日(火) 10:00～16:00(抽選)

## ★ハンドトリートメント

(WEBのみの事前予約制)

1月14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：1月7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。



## ★ベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

1月9日(木) 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いタイムを体験してみませんか？

定員：8組程度

対象：首がすわったころ～

ハイハイ前までのお子さん

持ち物：バスタオル・ハンドタオル・オムツ

お子様の着替え・水分(ミルクなど)

申込：12月25日(水) 10:00～

1月4日(土) 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。



## ★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

- ①1月8日(水) mana (マナ) class  
…6か月くらいまで
- ②1月15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12月25日(水) 10:00~  
1月4日(土) 16:00(抽選)



## ★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

1月30日(木) 14:30~15:30  
みずべってどんなところ?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やいませんか。

定員: 10組程度(先着)

申込: 12月25日(水) 10:00~

随時申込受付中



## ★プレママ・ベビママヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

1月28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)

申込: 12月25日(水) 10:00~

1月14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。



## ★助産師さんと話そう

(事前予約制/WEB予約可)

1月16日(木) 13:45~14:45

テーマ: 「卒乳について」

卒乳したいけど方法が分からない、いつごろから始めたらいいの?など助産師さんと一緒にお話ししましょう。

定員: 8組程度

申込: 12月25日(水) 10:00~

1月9日(木) 16:00(抽選)



## ★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

1月25日(土) 11:00~11:30

1月生まれのお子さんのお誕生日をみんなでお祝いしましょう。

対象: 1月生まれの方

申込: 1月4日(土) 10:00~随時申込受付中



## ★赤ちゃんとお母さんのための食事のはなし

(事前予約制/WEB予約可)

1月17日(金) 10:10~11:30

ご飯を炊いてお味噌汁を作り、試食しながら話しませんか。初めての離乳食。進め方、遊べ食べが始めた時他の人達はどうしてる?など管理栄養士さんと一緒に懇談しませんか。

定員: 8組程度

対象: 離乳食中期(2回食)ごろの

お子さんと保護者

申込: 12月25日(水) 10:00~

1月10日(金) 16:00(抽選)

※抽選終了後、参加確定した方はこちらからお電話します。



## ★ふたごちゃんのつどい

(事前予約制/WEB予約可)

1月18日(土) 10:30~11:30

ふたごちゃんの子育てならではの喜び、工夫などの体験を語り合う親子の交流の場です。ふたごちゃんの妊婦さんも歓迎です。

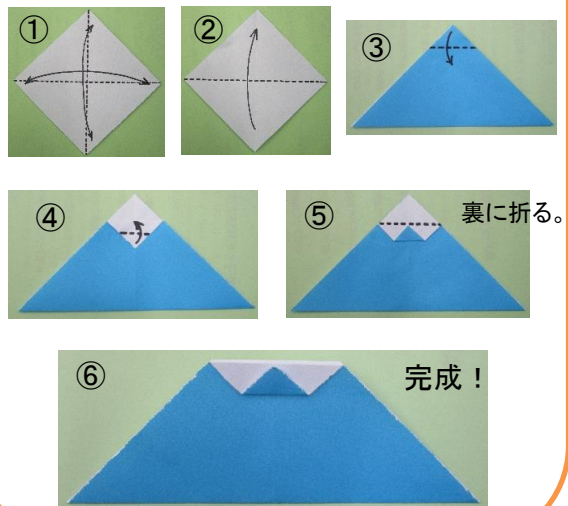
定員: 5組程度

申込: 12月25日(水) 10:00~

随時申込受付中(先着)



## 1月のおりがみ「ふじさん」



## 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：1月6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：1月6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：1月20日(月)  
時間：10：00～11：45  
場所：亀戸スポーツセンター/体育館  
(亀戸8-22-1)

## <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)

1月7日(火)/1月23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れ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)

1月21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りづらい…などの個別の発達相談です。事前予約制です。



## おはなし会

1月16日(木) 10：30～11：00

1月24日(金) 14：30～14：50

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。



## すこやか測定

1月22日(水) 10：00～11：45

23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。



## わらべうた

1月24日(金) 10：45～11：30

親子でゆったり、歌とあそびの時間を楽しみましょう。0歳の赤ちゃんから年齢を問わずにお楽しみいただけます。予約不要です。

講師：谷口伊都子さん



## すこやかマンデー

1月27日(月) 14：00～15：30

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ばしましょう。予約不要です。

今月は  
午後です



## 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)

