



「かめいどみずべまつり～みんなの成長おめでとう～」

今年の冬は春が来たかのような暖かい日や真冬ならではの冷たい風が吹き荒れることもあり寒暖差の激しい陽気となりました。この時期は体調にも十分に気を付けていきたいですね。

さて、3月は「かめいどみずべまつり～みんなの成長おめでとう～」を行います。子どもたちの1年の成長やお母さんお父さんにも感謝の気持ちを込めて、いろいろなお楽しみを用意しました。地域のボランティアさんも応援に駆けつけてくださいます。ぜひご家族で遊びにいらしてください。

今年度もひろばに、たくさんの親子が遊びにいらしてくださいました。ありがとうございました。これからも初めての方も続けてきてくださる方も、安心して過ごせる居心地の良いひろばとなり、みんなのひろばづくりをスタッフ一丸となって取り組んでいきたいと思ひます。

山澤 美津子

かめいどみずべまつり 3月14日(金) 10:00～16:00

～みんなの成長おめでとう～

1年間の成長を
みんなで楽しくお祝いしましょう！

製作コーナー
「おうかんをつくろう！」
10:00～12:00
14:00～16:00

キッズランド
inかめいどみずべ
10:00～11:30



ハイハイレース
14:00～15:15
対象：ハイハイの赤ちゃん
(区内の方)

対象：歩けるようになったお子さん

風船マツ、シーソー、ポーリング、
わなげ、おままごとなど、
楽しいおもちゃがたくさん！

- ① 14:00～14:15
- ② 14:15～14:30
- ③ 14:30～14:45
- ④ 14:45～15:00
- ⑤ 15:00～15:15

フотスポット
10:00～12:00
14:00～16:00

帰り
ちょっとしたお土産も
用意しています！
(なくなり次第終了です)

もししたら
「コトミちゃん」にも
会えるかも？

★ハイハイレース申込（区内限定）

定員：各回6名

申込：2月25日(火) 10:00～3月7日(金) 16:00
(抽選) WEB予約のみ

※開始5分前にお集まりください。
遅れた方は参加できません。

お時間のお間違いのないようにご注意ください。

お申し込みは
一人一枠で
お願いします。



- ・ひろばは通常通り（10:00～16:00）で開所しております。
- ・当日は混雑が予想されるため、抱っこ紐での来館をお勧めします。
- ※江東区外の登録カードをお持ちでない方は入場できません。
事前に新規登録をお願いします。電話予約後、来所での登録になります。

かめいどみずべまつりについて、詳しくはポスターをご覧ください。
プログラムの申し込みも、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3月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
～プログラムのご利用は江東区の方優先にさせていただきます～						1
2	3 相談室 出張ひろば (青少年交流プラザ) ひろばやすみ	4 ★かめさんの のんびりタイム みずべ会議	5	6 ★ベビーマッサージ	7 ★赤ちゃんとお母さん のための食事の はなし おはなし会	8
9	10 相談室 出張ひろば (亀戸北地区集会所) ひろばやすみ	11 ★ハンド トリートメント	12 ★ベビールーム(mana)	13 おはなし会 ★助産師さんと話そう	14 かめいどみずべまつり ～みんなの成長 おめでとう～	15 ★パパカフェ 佐藤芳子さんの おはなし会
16	17 相談室 出張ひろば (亀戸スポーツセンター) ひろばやすみ	18	19 ★ベビールーム(ulu)	20 春分の日	21 ★かめさんの のんびりタイム ★ようこそみずべへ	22 ★誕生日会
23	24 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	25 ★プレママ・ベビママ ヨガ	26 すこやか測定(AM)	27 すこやか測定(PM)	28 わらべうた	29
30	31 相談室 ひろばやすみ					

★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)

①3月4日(火) ②3月21日(金)
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預かりします。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：① 2月25日(火) 10:00～16:00(抽選)
② 3月14日(金) 10:00～16:00(抽選)

★ベビーマッサージ (事前予約制/WEB予約可)

3月6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：2月25日(火) 10:00～

3月3日(月) 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)

3月15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：2月25日(火) 10:00～

3月7日(金) 16:00(抽選)



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

- ①3月12日(水) mana (マナ) class
…6か月くらいまで
- ②3月19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2月25日(火) 10:00~
3月5日(水) 16:00(抽選)



★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

3月21日(金) 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: 2月25日(火) 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)

3月11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: 3月4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。



★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)

3月7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、遊べ食べが始まった時他の人達
はどうしてる?など管理栄養士さんと一緒に相談しません
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: 2月25日(火) 10:00~

3月3日(月) 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。



★助産師さんと話そう

(事前予約制/WEB予約可)

3月13日(木) 13:45~14:45

テーマ: 「お風呂の入れ方」

お風呂に一人でいれるときはどうしてる?工夫し
ていることは?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: 2月25日(火) 10:00~

3月6日(木) 16:00(抽選)



★プレママ・ベビママヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

3月25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: 2月25日(火) 10:00~

3月11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)

3月22日(土) 11:00~11:30

3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: 3月生まれの方

申込: 3月1日(土) 10:00~随時申込受付中



3月のおりがみ 「ひな人形」

- ① ② 点線で折る。
- ③ ④ 裏に折る。



2つつくって
かおを描いて
完成!

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：3月3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：3月10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：3月17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

3月26日(水) 10：00～11：45
27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。



<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せん。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)
3月6日(木)/3月27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)
3月18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

3月7日(金) 14：30～14：50
3月13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。



すこやかマンデー

3月24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。ゆったりとしたひろばで思いっきり遊びましょう。予約不要です。



わらべうた

3月28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



佐藤芳子さんのおはなし会

3月15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会です。予約不要です。
講師：佐藤芳子さん



みずべ会議

3月4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、利用者の皆さんと思いを共有しあう場です。

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/>