



みんなでつくる子育てひろば
亀戸みづべかわらばん

2025年
6月号
NO.37



「雨をたのしむ」

5月の連休も終わり、最近では雨が降る日も増えてきました。そろそろ梅雨入季節ですね。さて、みなさんはこども時代に雨の日で思い出す出来事はありますか。

私は毎年梅雨入りの時期になると、ふっと思い起こされる雨の思い出があります。お気に入りのカッパと長靴でしとしと降り続く雨の中、歩きながら葉っぱについた雨粒を手で払って水の感触を楽しみ、又長靴で水たまりに入ってはバシャバシャと足を鳴らして遊んだりと、それはそれは楽しい思い出です。

家に帰って泥んこになった長靴をみた母は「わあ～そのまま入ったらだめ」と言って、水で長靴の泥を落してくれました。私は長靴を洗ってくれる母の後ろ姿も大好きでした。大人になっても、やはり私は雨の日がちょっと好きだったりします。特に夜は何故かぐっすりと眠れます。雨音には高周波の1/fのゆらぎがあって、心を落ち着かせてくれるリラックス効果や、脳が活性化する作用もあるということです。雨は大地にも植物にも動物や私たち人間にとっても貴重な自然の恵みなのだと考えさせられますね。

6月には「パパと自然と遊ぼう」のプログラムを行います。ぜひお父さんと一緒に自然との触れ合いを楽しんで頂けたらと思います。

山澤 美津子

なつまつり 7月26日(土) 4部制
【入れ替え制】

- 《第1部》10:00~10:50
《第2部》11:00~11:50
(ランチタイム 12:00~13:00)
《第3部》13:00~14:20
《第4部》14:30~16:00 (最終入場15:30)



フォトスポット・製作コーナー、
ゲームコーナー、ミニひろばなど、
楽しいなつまつりを準備中です！
ぜひ家族みんなで遊びに来てくださいね♪

~なつまつりの日の
ランチタイムについて~
7月26日(土)はランチタイムが
12:00~13:00 に変更になります。
お気をつけください。

詳細は、ポータルサイト・
かわらばん7.8月号をご覧ください。



子育てポータルサイト
はちら→



~靴下着用のお願い~
ひろばに入る際、保護者の方は
靴下の着用をお願いします。
Please wear socks

亀戸みずべ6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 ④グループ懇談会	4	5 ★かめさんの のんびりタイム	6	7 ★応急救護講座
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 (mana)	12	13 おはなし会	14 ★パパと自然と遊ぼう
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 ④グループ懇談会	18 ★ベビールーム (ulu)	19 おはなし会 ★助産師さんと話そう	20 ★かめさんの のんびりタイム	21 ★パパと ベビーマッサージ ★おもちゃ病院
22	23 相談室 すこやかマンナー ひろばやすみ	24 ★親子ヨガ	25 すこやか測定 (AM)	26 すこやか測定 (PM)	27 ★ようこそみすべへ	28 ★誕生日会
29	30 相談室 ひろばやすみ					



～プログラムのお申込みについて～

プログラムの利用につきましては
江東区の方優先にさせていただきます。



★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。

【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)

①6月5日 (木) ②6月20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：①5月29日 (木) 10:00～16:00 (抽選)
②6月13日 (金) 10:00～16:00 (抽選)

★パパと自然と遊ぼう (事前予約制/WEB予約可)

6月14日 (土) 10:30～11:30

心地よい気候の中、自然を感じて遊びましょう。

定員：10組程度

場所：亀戸中央公園

集合：亀戸スポーツセンターを正面に見て左側の、通路に入ったところにあるベンチ周辺
(汚れてもいい服装でいらしてください)

対象：6か月くらいのおすわりのお子さんから
よちよちのお子さんとパパ

講師：中安敬子さん（マザーツリー自然学校）

申込：5月26日(月)10:00～

6月6日(金)16:00(抽選)

受かった方にはこちらからお電話をして詳細をお伝えします。



★ハンドトリートメント (WEBのみの事前予約制)

6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：6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。



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)



- ①6月11日(水) mana(マナ) class
…6か月くらいまで
②6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5月26日(月)10:00~
6月4日(水)16:00(抽選)



★助産師さんと話そう

(事前予約制/WEB予約可)

6月19日(木)13:45~14:45

テーマ:「夏の過ごし方」

日よけ、虫よけ、室温調整など、夏ならではのお悩みを助産師さんと一緒に話しましょう。

定員:8組程度

申込:5月26日(月)10:00~
6月12日(木)16:00(抽選)



★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

6月28日(土)11:00~11:30

6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:6月生まれの方

申込:6月2日(月)~随時申込受付中



今回は
親子ヨガ
です!

★親子ヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

6月24日(火)10:30~11:30

2歳以上のお子さんを対象に親子でヨガを行います。
布や音のなるおもちゃを使いながら、親子で身体を動かして楽しめましょう!

定員:6組

対象:2歳以上のお子さんと保護者

講師:小澤めぐみさん(ヨガ教室アートト)

申込:5月26日(月)10:00~(先着)

※動きやすい服装(パンツスタイル)で

お越しください。



★ようこそ!みすべへ

(事前予約制/WEB予約可)

6月27日(金)14:30~15:30
みすべってどんなところ?いつ行つたらいいか迷う方、
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:5月26日(月)~ 随時申込受付中



★パパとベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

6月21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
あい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:5月26日(月)10:00~

6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。



★おもちゃ病院

(事前予約制/WEB予約可)

6月21日(土)14:00~15:30

おもちゃのお医者さんがみすべにやってきます。

思い出のおもちゃ、大切に使っ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: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。



6

月のわらべうた

「かみなりどんがやってきた」

♪かみなりどんが やってきた
ドンドコドン ドンドコドン
かくさないと とられるぞ
ドンドコドンドンドン
かくすのは~「おへそ」!(おへそを隠す)

「おへそ」の部分を
「おしり!」「ほっぺ!」「めとはな!」
のように言い替えてくり返し楽しめます♪

亀戸みすべは毎日ひろば閉館前(15:45頃~)
手遊びをしたり絵本を読んだりしています。
今月のかわらばんでは梅雨の季節にピッタリの
手遊びを紹介します。



出張ひろば

亀戸みずべのスタッフが出張します
時間内にいつでもいらしてください

青少年交流プラザ 出張ひろば

月日：6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：6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：6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

6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

6月23日(月) 10:30～12:00

主に発達に心配のあるお子さんやし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。



＜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)
6月12日(木)・6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)
6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ひとりづらい…などの個別の発達相談です。事前予約制です。

おはなし会

6月13日(金) 14:30～14:50
6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。



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)