

「育み合って」

今年も各地で猛暑日が続きました。この暑さを乗り切るために、みなさんいろいろと工夫をされたのではないのでしょうか。みずべのスタッフもネッククーラー等で暑さを凌ぐなどの工夫を行いました。まだまだ残暑は続きますので熱中症には十分に気をつけて過ごしていきたいですね。

さて、7月は「亀戸みずべ夏祭り」にたくさんのこどもたちとお父さんお母さんがいらしてくださいました。今年は4部制での開催にさせていただきました。午後の時間を少し長めにとって、少しでも多くの方に夏祭りを楽しんでもらえたようです。今年も混み合う時間帯もありましたが、遊びにいらして下さった皆さまから「とても楽しかった」「毎年違った遊びがあって楽しいです」と励ましの声をたくさん頂きました。おひとりお一人の声私たちがスタッフの大きな励みになっています。ありがとうございます。次年度も更に改善を行いながら地域の皆さまに愛されるイベントとなるように努めていきたいと思ひます。

又もう一つ夏の取り組みとして7月8月の夏休みの間、小学生のボランティアさんがお手伝い隊としてひろばに参加してくれました。絵本の読み聞かせをしたり、遊具で一緒に遊んだりひろばの乳幼児さんも小学生ボランティアさんもとてもいい雰囲気でご過ごすことができました。年齢の違うこどもたちが一緒の空間（ひろば）で関わって遊ぶことでお互いに社会性や協調性などを育む良い機会となりました。これからも積極的にボランティア活動をすすめていきたいと思ひます。

山澤 美津子

★愛子さんの講座～子育てのツボ～

育児に関する著書も多い柴田愛子さんより、幼児の子育てに奮闘しているお母さんたちへエールを送ってもらう講座です。昨年も、よくある子育て中の悩みや葛藤について沢山お話しくださり、愛子さんのお話に皆さんぐっと引き込まれていました。ご参加お待ちしております。

日時：9月29日（月）10：15～11：45
 講師：柴田愛子さん（「りんごの木子どもクラブ」代表）
 対象：2歳以上のお子さんがある方（お子さんの保育あり）
 定員：8組程度
 申込：9月9日（火）10：00～16：00（電話での事前予約制/抽選）



★グループ懇談会

カナダの子育て支援プログラム“ノーバディーズパーフェクト”（完璧な親なんていない）の理念を用いた懇談会です。

子育ての悩みや関心のあることについて参加者同士で話し合い、交流しませんか。ファシリテーターとして、都甲絢子先生（臨床心理士）が入ります。

日時：①10月7日 ②10月21日 ③11月4日 ④11月18日 ⑤12月2日 ⑥12月16日（全6回）
 いずれも火曜日 14：00～15：45（原則として6回連続で参加できる方）
 対象：1歳半以上のお子さんの保護者（お子さんの保育あり）
 定員：8組程度
 申込：現在受付中～9月16日（火）16：00（電話での事前予約制/抽選）



亀戸みずべ9月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
	1 相談室 出張ひろば (青少年交流プラザ) (亀戸スポーツセンター) ひろばやすみ	2	3	4 ★かめさんの のんびりタイム	5 ◎KOTO ハビートレーニング 講座①	6 ★パパカフェ
7	8 相談室 出張ひろば (亀戸北地区集会所) ひろばやすみ	9 ★ハンド トリートメント	10 ★ベビールーム(mana)	11 ★ウアココサロン ★町のお医者さん、 看護師さんと語ろう	12 おはなし会 ◎KOTO ハビートレーニング 講座②	13 ★パパと ベビーマッサージ
14	15 敬老の日	16	17 ★かめさんの のんびりタイム ★ベビールーム(uhu)	18 おはなし会 ★助産師さんと語ろう	19 ◎KOTO ハビートレーニング 講座③	20 ★ベアヨガ
21	22 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	23 秋分の日	24 すこやか測定 (AM)	25 すこやか測定 (PM)	26 ◎KOTO ハビートレーニング 講座④	27 ★誕生日会
28	29 相談室 ★愛子さんの講座 ひろばやすみ	30 ★ようこそみずべへ 				

【子育てひろば】火～土10：00～16：00
【ランチタイム】12：00～13：30
※区外在住の方もご利用いただけます。

～プログラムのお申込みについて～
プログラムのご利用につきましては
江東区民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し込みいただけます。



★町のお医者さん、 看護師さんと語ろう ～おこさんの健康・ケアを ちょっと深める語り場～ (事前予約制/WEB予約可)

9月11日(木) 13:30～14:15
お子さんの健康やケアについて、総合診療医と話してみませんか？いろいろな方の相談にのっている医師、看護師と話してみるとケアの見方が広がるかもしれません。
講師：くらしケアクリニック城東
医師 豊田喜弘さん
(総合診療専門医、家庭医療専門医)
看護師 高井美妃さん
定員：8組程度
申込：8月25日(月)10:00～
9月4日(木)16:00(抽選)
※お子さんと一緒にご参加ください
※個別の健康相談ではなく、集まった方と健康やケアについて考える場です



★UAKOKO SALON (ウアココサロン)

～International day～

(事前予約制/WEB予約可)

9月11日(木) 10:30～11:30

様々な国籍の人と楽しい時間を過ごしましょう。

対象：江東区内在住で、**外国籍の方**

定員：10組(先着)

申込：8月25日(月)10：00～ 随時申込受付中

文化の違いに戸惑う事や、
こんなときどうしてる？など
沢山お話ししましょう！
Let's all talk a lot !



★ハンドトリートメント

(WEBのみの事前予約制)

9月9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：9月2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。



★パパとベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

9月13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：8月25日(月) 10:00～

9月5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。



★助産師さんと話そう

(事前予約制/WEB予約可)

9月18日(木) 13:45~14:45

テーマ：「防災について」

こどもと避難するときに必要なものは？どんなことに気を付けて準備すればいいの？など、お悩みを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：8月25日(月) 10:00～

9月11日(木) 16:00(抽選)



★ようこそ！みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

9月30日(火) 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：8月25日(月)～ 随時申込受付中



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

- ①9月10日(水) mana(マナ) class
…6か月くらいまで
②9月17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8月25日(月) 10:00～

9月3日(水) 16:00(抽選)



★かめさんののんびりタイム

(事前予約制/WEB予約のみ)

①9月4日(木) ②9月17日(水)

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ております。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：①8月28日(木) 10:00~16:00(抽選)

②9月10日(水) 10:00~16:00(抽選)



★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

9月27日(土) 11:00~11:30

9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：9月生まれの方

申込：9月1日(月) 10:00~随時申込受付中

★ペアヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

9月20日(土) 14:30~15:30

仕事や育児など普段の疲れと一緒にリフレッシュしませんか？

定員：6組程度

対象：・妊娠中のご夫婦

・ハイハイ前のお子さんがいるご夫婦

・お母さんとそのご両親どちらかのペア

講師：小澤めぐみさん(ヨガ教室アート)

申込：8月25日(月) 10:00~9月5日(金) 16:00(抽選)

※プレママは妊娠17~37週

※動きやすい服装でお越しください

今回はペアで参加できます！
いつもとちょっと違うヨガタイムをお楽しみください♪



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：9月1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：9月8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：9月1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

9月24日(水) 10：00～11：45
25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。

おはなし会

9月12日(金) 14：30～14：50
9月18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

9月22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。



<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、あるいはスタッフが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)
9月11日(木)/9月25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)
9月16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。

9月の手遊び

「やきいもグーチャーパー」

作詞：阪田寛夫 作曲：山本直純

やきいも やきいも おなかかがグー！
ほかほか ほかほか あちちのチャー！
たべたら なくなる なんにもパー！
それ やきいもまとめて
グーチャーパー！

リズムにも乗りやすく、
ジャンケンがまだできない
お子さんでも楽しめます♪



亀戸みず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秋の季節にピッタリの手遊びを紹介します。

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)