



子ども家庭支援センターだより

東陽みずべ・かわらばん

2025. 10 月号 No. 287

おなじものを見つける→集めたくなる…なぜだろう？

「どんぐり」、「まつぼっくり」などの木の実を見ると、こどもは、なぜか夢中になって集めて拾います。また道で見つけた石を、大切に小さな手に握って歩いている…そんな姿をみるとこどもの頃に大好きな大人と一緒に、このような体験が出来たらいいな、と思うのです。

そして、こどもたちに拾われた木の実や石や葉っぱを見ていると、なぜか、拾ったものたちがこどもの一部になっているようにも、私には思えるのです。

それは、こどものこころの栄養となり、「心のごはん」なのかもしれません。「おなじものを見つける」→「集めたくなる」のは、人間の持っている本能なのかもしれませんが、こどもたちを見ていると、自分の周りの自然を自分の中に取り入れる「栄養タイム」、つまり「心のごはん」なのだな…と思うのです。

今月、プログラム「自然とあそぼう」で木場公園へ出かけ、落ち葉や木の実拾いを予定しています。みんなで出かけましょう。

佐藤貴子

☆秋の原画展のお知らせ

10/7(火)～10/21(火)

さとうよしこさんのパネルシアターを展示いたします。おたのしみに！

☆第43回江東区民まつり中央まつり 会場：都立木場公園

10/18(土)10/19(日)：多彩なプログラムを企画しています。ぜひご参加ください。

《TEL 申込》KOTO ハッピー子育てトレーニング講座

こどもがいうことを聞かない、つい怒鳴ってしまう、こどものしつけってどうすればいいの？ そんな思いを抱えている方の、親と子のコミュニケーションを学び、お子さんとのいい関係をつくるお手伝いをするプログラムです。全7回連続講座で、他の子育て仲間と一緒に学び考える講座です。しつけで困っているあなた、一緒に「ニコニコサイクル😊」になる子育てについて学んでみませんか？

対象：区内在住、令和7年4月1日時点で3歳児から未就学児を子育て中の方

(お子さんは保育します) 8組程度(多数の場合抽選)

日時：11/25・12/9・12/23・1/6・1/20・2/3・3/3

(全7回 10:00～12:00 ※7回すべて参加できる方)

申込：10月21日～11月11日

申込用紙とアンケートを提出。(詳細はお問い合わせください) 詳細は、QRコードに掲載



のびのび作業所フーズの美味しいクッキー販売

10月10日(金)11時～12時



東陽みずべ2025年10月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
			1 📞 おしゃべり会② 10:15～11:45 わらべうた ①14:30②15:10	2 深川出張ひろば 10:00～11:45	3 くまさんひろば(0歳) 14:00～16:00	4 📺 やってみよう 沐浴体験 10:00～11:45 秋の親子 コンサート 14:30～15:00
5	6 相談室 ひろばお休み 📞 すこやか マンデー 10:30～12:00	7 おはなし会 11:00～	8	9 枝川子育てひろば 10:00～11:45	10 くまさんひろば(1歳) 10:30～11:30	11
12	13	14	15 📞 おしゃべり会③ 10:15～11:45	16 📞 ゆる体操 14:00～15:00	17 くまさんひろば(0歳) 14:00～16:00	18 ふたごちゃん ひろば 10:00～12:00
19	20 相談室 ひろばお休み	21 特別おはなし会 11:00～	22	23	24 わくわくタイム 10:00～11:45 📞 ようこそみずべ 14:00～14:30 くまさんひろば (~6ヶ月) 14:30～16:00	25
26	27 相談室 ひろばお休み	28 枝川出張ひろば 14:00～15:45	29 おうたであそぼう ①14:30②15:10	30	31 📞 自然とあそぼう 10:30～11:30	

相談

【子育て相談】

子育ての悩みや不安など、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～土曜日 03-5665-4017(相談専用)

面接 9:00～17:30 電話 9:00～18:00

【専門相談】

臨床心理士による個別相談も行っております。※事前予約制

○家族問題相談

家族の問題、お母さん自身の悩み等についての相談です。

3日(金)、17日(金) 10:10～

○発達相談

お子さんの発達についての相談です。

10/18日(土) 13:00～

あそびのひろば

【子育てひろば】

火曜日～土曜日 10:00～16:00

・初回利用時は登録を行います。

・区外在住の方もご利用いただけます。

【ランチタイム】

場所:くまさんひろば 時間:12:15～13:30

※時間外のお食事、おやつはご遠慮いただいています。

※多くの方にご利用いただけるよう、

1組あたり30分以内とさせていただきます。

【離乳食コーナー】

給湯室にて離乳食が食べられます。

※利用時は受付にお声かけください。

リフレッシュひととき保育のご利用には、登録が必要です(予約制)

登録日:月・水曜日 10:00～12:00 / 14:00～16:00

お電話で、または来所時にご予約をお願いします。

プログラムお申込みについて

※江東区民の方優先となります

プログラムによって、それぞれ定員があり事前の予約が必要となります。参加費については無料ですが、材料費がかかるものは実費となる場合もあります。詳しくはスタッフにお問い合わせください。また併せてポータルサイトにアップされるプログラム詳細やイベントカレンダーをご覧ください。

《電話受付》☎のマークがあるプログラムは電話受付となります。

受付時間:10:00~16:00 TEL:03-3699-4871

<p>ようこそみずべ 【先着】定員 8 組程度 みずべデビューの方、デビューしたけどまだ慣れなくて…という方、同じくらいの赤ちゃんのママと話してみたい方、参加をお待ちしています。ひろばの紹介や出会いの場になっています。参加される方は自己紹介があります。 日時:10/24(金)14:00~14:30 申込:9/26(金)10:00~ 対象:生後 6 ヶ月までの赤ちゃんと保護者の方</p>	<p>すこやかマンデー 【先着】定員 8 組程度 育ちが気になる、健診を受けるのがちょっと心配…など、同じような悩みを共有しながら、ひろばでゆっくり過ごせます。受付でも申込可能です。 日時:10/6(月)10:30~12:00 申込:随時</p>
<p>自然とあそぼう~木の実あそび~ 【先着】定員 8 組程度 講師:中安敬子さん 日時:10/31(金)10:30~11:30 申込:10/17(金)10:00~ 対象:おすわり~ヨチヨチ歩きまでのお子さん と保護者の方 場所:木場公園</p>	<p>ゆる体操 【先着】定員 8 組程度 肩こりや腰痛などの症状に効果がある体操です。妊婦さん(16 週以降)もぜひ。 講師:木切倉真澄さん 日時:10/16(木)14:00~15:00 申込:9/25(木)10:00~初めての方 10/2(木)10:00~2 回目以降の方 ※お子さんには保育があります。</p>
<p>赤ちゃんとお母さんの家族~はじめの一步~ 【先着】定員 8 組程度 スタートしたばかりの子育てを応援するための連続講座です。ゆったりしながらおしゃべりできる場を用意しています。 ファシリテーター:木村弘美さん 日時:11/4・11・18・25(火)14:15~15:45 申込:9/30(火)10:00~ 対象:生後 2~5 か月(2025.6.5~2025.9.4 生まれ)の第 1 子の赤ちゃんとお母さん ※4 回連続講座です。</p>	

《WEB 受付》📺のマークがあるプログラムは WEB からの申込となります。

WEB 申込利用登録ページ



<p>やってみよう沐浴体験 【先着】定員 8 組程度 講師:石村あさ子さん、石川真由美さん 日時:10/4(土)10:00~11:45 申込:8/8(金)10:00~ 対象:江東区在住の 22 週~36 週の妊婦さん・お父さん※ママ一人・パパ一人でも OK 申込:Google フォーム</p>

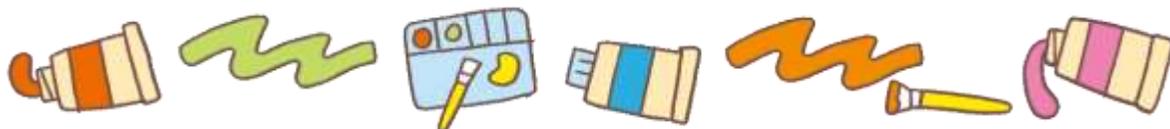


《申込不要》

<p>わらべうた 親子でゆったりとわらべうたを楽しみましょう。 講師:相京香代子さん・谷口伊都子さん 日時:10/1(水)①14:30~②15:10~</p>	<p>くまさんひろば(年齢別あそびのひろば) 同じくらいの年齢の子と遊びたい方、ママ同士でおしゃべりしたい方、お待ちしております。 1 歳…10/10(金)10:30~11:30 0 歳…10/3、17 日(金)14:00~16:00 0 歳(6 か月まで)…10/24(金)14:30~16:00</p>
--	--



<p>おうたであそぼう 親子で一緒に季節のおうたやリズム遊びを楽しみましょう♪ 講師:三藤あやさん 日時:10/29(水)①14:30~②15:10~</p> 	<p>ふたごちゃんひろば 一緒に遊びながらお話しませんか? 日時:10/18(土)10:00~12:00 対象:双子、三つ子の親子の方、これから迎える予定のプレママ・プレパパ</p> 	
<p>おはなし会 ボランティアさんによるおはなし会です。 日時:10/7(火)11:00~11:20 特別おはなし会 さとうよしこさんによるアイデアたっぷりのおはなし会です。 日時:10/21(火)11:00~11:20</p> 	<p>おたんじょうびのお祝い お誕生日を迎えるお子さんへ、誕生日カードを用意しています。 すくすく測定 身長・体重を測りたい方はお声かけください。お手伝いします。</p> 	
<p>わくわくタイム くまさんひろばでサーキットあそびをしませんか? 日時:10/24(金)10:00~11:45</p>	<p>秋の親子コンサート 地域で活動しているコーラス隊「企画団体 NORA」のみなさんが歌のコンサートを届けてくださいます。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。 日時:10/4(土)14:30~15:00</p> 	
<p>枝川子育てひろば 塩浜児童館・東陽みずべ合同開催 手遊びや工作などのスポットタイムも行います。 10/9(木)10:00~11:45 場所:枝川区民館 和室</p>	<p>枝川出張ひろば 広い畳のお部屋で、のんびり遊びましょう。 10/28(火)14:00~15:45 場所:枝川区民館 和室</p>	<p>深川出張ひろば 今年度は深川スポーツセンターでの開催です。 10/2(木)10:00~11:45 場所:深川スポーツセンター和室</p>



お気に入りスポット紹介

私が東陽みずべでお気に入りの場所はストリートピアノです。時にはお子さんがシンガーソングライターのように歌ってみたり、お母さんが一緒に弾いてみたり。職員の伴奏でお母さんが歌ってくださることもあります。ほっこりと心温まり、感動した気持ちになり、たくさんの笑顔が生まれます。まさに「音を楽しむ」場所です。

日々の忙しさに追われ、ゆっくりと音楽を聴くことが難しい方も、ぜひ気軽にピアノを楽しんでください。

ピアノが得意な職員へのリクエストもお待ちしております。(瀬沼)



江東区東陽子ども家庭支援センター“みずべ” 江東区東陽 3-1-2

TEL03-3699-4871(相談専用 03-5665-4017)FAX03-5665-4780

URL <http://www.koto-kosodate-portal.jp/mizube/> (指定管理者:社会福祉法人雲柱社)