



子ども家庭支援センターだより

南砂みずべ かわらばん

みんなでつくる子育てひろば

2025・11月号 No.218

「散歩」

きびしい暑さからようやく涼しい風を感じるようになってきました。こども達と外遊びを楽しむのに心地よい季節です。南砂の裏にある三丁目公園には、どんぐりや赤や黄色の綺麗な葉っぱ、名前は分かりませんが石の間から小さなピンクの花が顔を覗かせていました。

私たち大人は、目的地に向かって足早に歩くことが多いかもしれませんが、歩き始めた頃のこども達は、目的地に着いて何かして遊ぼうという楽しみよりも、歩いているその時その時が、ワクワクする瞬間です。歩きながら、小枝や石ころなどを拾っては、嬉しそうに握りしめたり、地面や落ち葉を小枝でつついたり、次々と楽しみを見つけ出していきます。

A君は小さな石を握って歩くのが大好きでした。その日も大小いろいろな石の中から、ツルツルの茶色い石をギュッと握って、時々、手を広げては、石を見つめてニッコリ。少し行くとまたツルツルの黒い石を見つけて、二つの石を上手に握って自慢そうに私に見せてくれました。そして三つ目のツルツル石を見つけると迷わず、握ろうとしましたが、何ということでしょう。A君の手から、大事な一個目の石が落ちてしまいました。でも、慌てずに1個目のツルツル石から握り直して、2個目もしっかり握りました。そして3個目！

あー、また全部落としてしまいました。「落ちちゃったねー」と声をかけると、頷きながらもう一度、一つずつ慎重に自分の手の中にいれて握ろうとしますが、3回失敗すると「ウー」とうなりながら立ち上がったので、あきらめるのかと思いましたが、どうやら気合を入れ直して、今度は両手で3個の石を握って、幸せいっぱいの笑顔で歩き始めました。Great！

こども達は、いつも真剣で、頭も体もフル回転のようです。

依田幸子



【南砂みずべ わかちあいバザー2025 について】11/1(土)

今年度の大型品や衣類・雑貨の献品の受付は終了しました。ご協力ありがとうございました。

●衣類・雑貨の販売(体験学習室)

①10:00～10:25 ②11:15～11:40 予約はいっぱいになりました

③11:45～12:05

予約がなくてもお買い物ができます

●おもちゃ・絵本の販売(園庭)10:30～11:30 予約がなくてもお買い物ができます

●遊びコーナー(園庭)10:45～11:30 頃まで どなたでも参加できます

＊お買い物には、エコバック、小銭、みずべカードのご用意をお願いします。

＊当日のランチルームの利用は12:30頃～13:30までです。

＊園庭の通常利用は、13:00頃からです。ご理解・ご協力をお願い致します。



我が家の定番

我が家の定番は、炊飯器を使った料理です。メニューの多くは煮物ですが、肉じゃが、鶏と大根の煮物など…じゃがいもはほくほくに、大根はしみしみになり、家族みんなのお箸が止まりません。炊飯器なので、具材と調味料を入れるだけでとっても簡単です。これからの時期食べたくなる焼き芋も、我が家では炊飯器で炊きます。お芋のかおりが台所いっぱいに広がり、まだかまだかと炊きあがるのを待っています。ぜひ一度試してみてください。

(平野)

秋のひろば

南砂わかちあいバザー2025 実行委員のママたち 活動中です!!



手際よく仕分け、ラッピング、値付けなどの作業中です。
こどもたちは、同じ部屋で遊んで過ごします。

「子育てサロンすくすく」 との共同事業 第二弾!

東砂2丁目の『すくすく』さんが良質な木のおもちゃを持って遊びに来てくださいます。

日時: 11月8日(土) 10:00~11:45

場所: 体験学習室 * 予約不要

対象: 0~2歳児のお子さんと保護者
どうぞ親子でご参加ください!!



《リフレッシュひととき保育》 ひととき保育には登録が必要です。 登録面接も事前予約制です

登録受付日時 : 月・水曜日 10:00~12:00 14:00~16:00
予約方法 : お電話又は、来所時にお申込みください。 9:00~16:00

お知らせ

- ※ お誕生日月に遊びにいらしたお子さんへ、お誕生日カードをプレゼントしています。
- ※ ひろばに遊びにいらした際には身長・体重測定ができます。お気軽にお声かけください。



江東区南砂子ども家庭支援センター “みずべ”

【江東区子育て情報
ポータルサイト南砂】



〒136-0076 江東区南砂3-14-1-101 (指定管理者: 社会福祉法人雲柱社)

TEL03-5617-8106 FAX03-5617-7773 (児童虐待ホットライン TEL03-3646-5481)

Emai: minamisunakosodate@ka.baynet.ne.jp URL: <http://koto-kosodate-portal.jp/mizube/>

相談

子育て相談

子育ての悩みや不安、子どもの成長発達についての心配がありましたら、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。一緒に考えて行きましょう。

月曜日には相談室を設けております。(事前予約制)

月曜日～土曜日・面接 9:00～17:30 ・電話 9:00～18:00

専門相談

◎発達相談

専門相談員による個別の発達相談を行っています。(事前予約)

専門相談員 井上明子先生(公認心理師)

11月15日(土)13:30～

◎家族相談

家族の相談、お母さん自身の悩みなどについての相談です。(事前予約)

専門相談員 龍野陽子先生

11月14日(金)10:30～

◎すこやかマンデー

11月17日(月)10:30～11:45

おもに発達に心配のあるお子さん、しょうがいのあるお子さん親子を対象にしたプログラムです。ゆったりとしたひろばで思いっきり遊びましょう。



おはなし会

11月5日・12(水)11:00～

11月26日(水)14:30～

手遊びや読み聞かせなど、親子で楽しみませんか。
どなたでもご参加できます。



◎助産師のグループ相談

11月6日(木)14:30～15:30

産後の身体の事など、みんなでおしゃべりしましょう。

テーマ:「授乳について」

助産師: 松本 富美子さん

定員: 6組程度(先着順)

申込: 10月16日(木)～

※第一子の方優先です

☆年齢別プログラム

「よちよちBaby」

11月11日(火)10:30～11:30

親子一緒に、お友達ともふれあい遊びを経験しましょう!

対象: 1歳0ヶ月から1歳5か月のお子さんと保護者

定員: 6組程度

申込: 10月21日(火)～

☆助産師さんの元気講座

11月18日(火)10:30～11:30

自分でできる身体のメンテナンスの仕方を教えて頂きましょう。

助産師: 坂田やい子さん

対象: ハイハイ前のお子さんとママ

定員: 8組程度

申込: 10月28日(火)～

☆ようこそみずべ

11月20日(木)15:00～

初めてみずべを利用する方の為のお時間です。プログラムの紹介などスタッフが丁寧にご案内します。

対象: 1歳位までの

赤ちゃんと保護者

定員: 6組程度

申込: 10月30日(木)～

☆マタニティヨガ

11月26日(水)10:30～11:30

お腹の赤ちゃんとリラックスタイムを過ごしませんか。

穏やかなストレッチからアーサナ(ポーズ)を丁寧に深めていきます。

対象: 妊娠16週以降～35週6日までの安定期の妊婦さんで、医師と家族の了承を得ている方
※第1子の妊婦さん優先です。

講師: 荻野亜紀子さん ヨガインストラクター

定員: 4組程度

持ち物: 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット(お持ちであれば)

申込: 10月29日(水)～11月19日(水)

第2子以降の方は、11月12日(水)～のお申込みをお願いします。
(※保育はありません)





南砂みずべ 11月プログラム

◎…電話予約
☆…ネット予約

月	火	水	木	金	土
 イラスト by まめさん					1 ☆わかちあい バザー 10:00～
3 祝日のため お休み	4	5 おはなし会 11:00～	6 ◎助産師さんの グループ相談 14:30～15:30	7 バザー実行 委員会◎ 14:00～15:00	8 「子育てサロン すくすく」協働事業 10:00～11:45
10 相談室 ひろばお休み	11 ☆年齢別 プログラム 10:30～11:30	12 おはなし会 11:00～	13	14 ◎家族相談 10:30～	15 うたい隊活動日 10:00～ ◎発達相談 13:30～
17 相談室 ひろばお休み	18 ☆助産師さんの 元気講座 10:30～11:30	19	20 ☆ようこそ みずべ 15:00～	21	22
24 祝日のため お休み	25	26 ☆マタニティヨガ 10:30～11:30 おはなし会 14:30～	27	28	29 うたい隊活動日 10:00～

出張ひろば

☆砂町子育てひろば

- ①11/6 ②11/20 木曜日10:00～11:30
 ・申込:①10/23 ②11/6 10:00～
 ・場所:砂町区民館(北砂4-7-3)
 ・定員:8組程度

☆東砂子育てひろば

- ①11/13 ②11/27 木曜日10:00～11:30
 ・申込:①10/30 ②11/13 10:00～
 ・場所:東砂スポーツセンター(東砂4-24-1)
 ・定員:10組程度

《講座参加 申し込み方法》

◎印のプログラムは、事前に☎電話で予約が必要です。原則3週間前から受付ます。

☆印のプログラムは、インターネットで予約が必要です。

QRコードから申込できるプログラムです。

江東区子育て情報ポータルサイト→「子育て施設イベント」

→「イベントカレンダー」から「南砂」の参加したいプログラムをクリック！

