



みんなでつくる子育てひろば 亀戸みずべかわらばん

2025年
12月号
NO.42



「ちきゅうへようこそ」

最近では朝晩ぐっと冷え込む日が多くなってきましたね。気付くと今年も残すところ1カ月となりました。先月「ようこそみずべスペシャル」という赤ちゃんやプレママパパを対象としたプログラムを行いました。みなさんそれぞれ、初めての育児に向き合いながら過ごされている様子やこれから赤ちゃんを迎えるご家庭ならではの準備のことや悩みごと等、穏やかな雰囲気の中で行うことができました。又お帰りの際に「ちきゅうへようこそカード」というメッセージカードをお渡ししながらお一人ずつメッセージを読ませて頂いています。

「大切な〇〇ちゃんが生まれてきてくれてありがとう」「みんなから愛されて、守られてすくすくと育ちますように」赤ちゃんを抱っこしているお母さんの表情がほっと和らいで、微笑むその姿はとても優しくあたたかく、毎日の頑張りとたくさんの愛情を感じます。私たちみずべは親子を全力で応援していきたいと思っています。嬉しかったこと、困ったこと、悩んでいること、いつでも気軽にお話しくださいね。もうすぐクリスマスを迎えます。世界中のこどもたちや人々の命が大切にされ、心穏やかに過ごせますように…。

山澤 美津子



クリスマス会

12月19日(金)

第一部/10:30~10:50 第二部/11:30~11:50

第三部/13:30~13:50 第四部/14:30~14:50 第五部/15:30~15:50
(各回20分)

今年は「森のクリスマス」の職員劇を行います。
赤ちゃんから楽しめるよう、短い時間になっています。
1日の中で5回ありますので、ご都合の良い時間にぜひ来てくださいね♪
予約は必要ありません。
ひろばは通常通り(10:00~16:00)で開館しています。

みずべからクッキーの
プレゼントもあります♪

※駐輪場・ベビーカー置き場の混雑緩和の為、徒歩・抱っこひもでの来館をおすすめします。

※混みあうことが予想されるので、今年度は5部制とさせていただきます。**第二部/第五部の混雑が予想されます。**

好きな時間を選んでお越しください。



プログラムの申込はこちらから。
予定表の確認もできます。
(ポータルサイト)



亀戸みずべ12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) ひろばやすみ	2 ◎グループ懇談会	3	4 ★かめさんの のんびりタイム ★町のお医者さん・ 看護師さんと話そう	5 ◎赤ちゃんと創る 私の家族	6 芳子さんのおはなし会
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(manal)	11 ★ベビーマッサージ	12 おはなし会	13 ★ババカフェ
14	15 相談室 出張ひろば (亀戸スポーツセン ター) ひろばやすみ	16 ◎グループ懇談会	17 ★かめさんの のんびりタイム ★ベビールーム(ulu)	18 おはなし会 ◎助産師さんの 個別相談	19 クリスマス会	20
21	22 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	23 ★プレママ・ベビママ ヨガ	24 すこやか測定(AM)	25 すこやか測定(PM)	26 ★ようこそみずべへ	27 ★誕生日会
28	29	30	31	〈年末年始のお知らせ〉 12月28日(日)～ 1月4日(日)までお休みです。 		

プログラムのご利用は
江東区の方優先とさせていただきます。

【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。

★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。



★かめさんののんびりタイム (事前予約制/WEB予約のみ)

①12月4日(木) ②12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: ①11月27日(木) 10:00～16:00(抽選)
②12月10日(水) 10:00～16:00(抽選)

★ハンドトリートメント (WEBのみの事前予約制)

12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: 12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。



★ベビーマッサージ (事前予約制/WEB予約可)

12月11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: 首が座ったころ～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

お子さんの着替え・水分(ミルクなど)

申込: 11月25日(火) 10:00～

12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。





★baby room

(事前予約制/WEB予約可)



- ①12月10日(水) mana (マナ) class
…6か月くらいまで
- ②12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11月25日(火) 10:00~
12月3日(水) 16:00(抽選)



★ようこそ! みずべへ



(事前予約制/WEB予約可)

12月26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ゃいませ
んか。

定員: 10組程度(先着)

申込: 11月25日(火) 10:00~ 随時申込受付中

★誕生会



(事前予約制/WEB予約可)

12月27日(土) 11:00~11:30

12月生まれのお子さんのお誕生日をみなさんでお祝
いしましょう。

対象: 12月生まれの方

申込: 12月1日(月) 10:00~随時申込受付中

★プレママ・ベビママヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

12月23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(ヨガ教室アートト)

申込: 11月25日(火) 10:00~

12月9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。



◎助産師さんの個別相談

(電話のみの事前予約制)

12月18日(木) 13:45~15:05

おっぱいに関すること、産前産後の心の変化、赤ちゃんの
体重の増え等、助産師さんに個別にご相談いただけます。

定員: 4組 (一人20分ずつ)

申込: 12月4日(木) 10:00~(先着)



★パパカフェ~パパのひろば~

(事前予約制/WEB予約可)

12月13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。パパのみずベ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

パパの番です!

申込: 11月25日(火) 10:00~

12月6日(土) 16:00(抽選)



1月のプログラムのご案内です

★町のお医者さん、 看護師さんと語ろう

~お子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)

12月4日(木) 13:30~14:15

テーマ: お子さんが熱を出した! 吐いた! に備えよう
冬は風邪や胃腸炎にかかりやすい季節です。お子さんが熱
を出した時、吐いてしまった時に慌てないように、備えを
していませんか。冬の感染症に関する具体的な対処法を学
びます。総合診療医の医師、看護師と話しながら、ホーム
ケアのレベルアップを学びましょう。

定員: 8組前後

対象: 1歳半くらいまでの親子

講師: くらけアクリック城東

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

申込: 11月25日(火) 10:00~

12月1日(月) 16:00(抽選)

※お子さんと一緒に参加できます

※お子さんや参加者同士で交流しながら学ぶ予定です



★パパとベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

1月10日(土) 10:30~11:30

心地よいベビーマッサージの時間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: 首が座ったところ~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: 11月25日(火) 10:00~

12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下さい



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：12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：12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：12月15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

12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たいと思います。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

12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)

12月11日(木)/12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)

12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。



おはなし会

12月12日(金) 14：30～14：50

12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。

佐藤芳子さんのおはなし会

12月6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



12月の手遊び「もうすぐクリスマス」

～12/19のクリスマス会で皆で歌います～

もうすぐクリスマス ツリーをかざろう

1番目はロウソク ポッ!

もうすぐクリスマス ツリーをかざろう

2番目はクリスマスベル リン♪

もうすぐクリスマス ツリーをかざろう

3番目はサンタクロース ハーイ

もうすぐクリスマス ツリーをかざろう

4番目はしろいゆき ふわっ

もうすぐクリスマス ツリーをかざろう

5番目はおほしさま キラッ★



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)

