



子ども家庭支援センターだより

南砂みづべ かわらばん

みんなでつくる子育てひろば

2026・1月号

No.220

「新しい年も、皆さんと一緒に」

2025年から2026年に移っていく年末年始を、皆さんは誰と何処でおすごしでしょうか。2025年は長く感じたでしょうか。それともあっという間の一年だったでしょうか。時刻は同じ速さで刻まれていきますが、その時の状況や、その時の気持ちなどで、感じ方が変わるかもしれません。でも、そんなことをゆっくり感じている間もなく、2026年に突入かもしれませんね。

育児、家事、仕事…一人何役も請け負っている忙しさの中で、南砂みづべに遊びに来てくださっている皆さんにアンケートをお願いして、ご意見をたくさん頂戴いたしました。

ご協力ありがとうございました。

子どもの遊び場としてのひろば・保育は、「安全で様々な年齢の子どもが楽しめるおもちゃがあつて親子で楽しんでいる」「こどもと二人きりで煮詰まった時などに、利用している」「お庭もあるので、思いっきり体を動かして遊ぶことができると、お昼寝ができるのがありがたい」など、あそびに来る目的は様々ですが、「また来ようね」と思っていただけの場を作りたい。心地よいいかわりができるようにと考えていますが、「今日は、こどもと二人でゆっくりしたいのに…」「年度末は、保育の予約が取りづらい」というご意見も頂きました。また、部屋全体や一つ一つのおもちゃが清潔に保たれているかなど、常に見直しが必要であることも、アンケートから改めて教えられました。新しい年も、皆さんと一緒に楽しく、こころ温かいみづべをつくっていきたいと思います。

依田幸子



【年末年始のお知らせ】

年末は12月27日(土)16時まで

年始 ひととき保育は1月5日(月)9時から

ひろばは1月6日(火)10時から

運営させていただきます

どうぞよろしくお願ひいたします

～家庭での事故にご注意ください！～

楽しい年末年始、慣れない帰省先での生活や、大人たちはちょっとお酒が入っての楽しい時間を過ごすことも増えます。毎年家庭内での事故の報告も増える時です。くれぐれもお気をつけくださいね。

《あそびのひろば》



【子育てひろば】10時～16時 ※区外在住の方もご利用いただけます。

火曜日～土曜日(日曜日・祝日・月曜日はお休み)

※利用されるお子さん・保護者の方に37.5°C以上の発熱や風邪症状がある場合は、利用をお断りさせていただきます。(解熱後24時間以上経過してからご利用ください)

【ランチタイムについて】

ランチスペースとして体験学習室をご利用ください。

- ①ランチタイムは12:00～13:30です。それ以外の時間のお食事は禁止とさせていただきます。
- ②交代で多くの方にご利用いただけるよう、ご利用は1組あたり30分以内とさせていただきます。ご理解とご協力ををお願いします。※おやつはご遠慮ください。

【離乳食コーナーについて】

和室奥、授乳コーナー横のスペースにて離乳食が食べられます。

- ・ひろば開所時間ならいつでもご利用いただけます。

- ・利用対象は離乳食を食べているお子さんです。※おやつはご遠慮ください。



我が家のお正月の定番

我が家のお正月の定番は、祖母から受け継いだ工夫を活かした「お雑煮」です。大晦日に細切りにした大根と人参を茹でて冷凍し、スルメイカを調味料に漬け込んで準備しておきます。元日にはそれらと鶏肉を大鍋でじっくり煮込み、仕上げにせりといくらをのせて完成です。家族が揃ってお椀を手にすると、いつもあつという間になくなってしまいます。「今年も美味しいね」と言いながら食卓を囲む時間は、温かく幸せなひとときです。

(古川)

★2025 南砂クリスマス★



12月10日(水)にはおはなし会が、20日(土)には音楽会が行われ、総勢94組の親子が南砂のクリスマスイベントに参加してくれました。

おはなし会は、恒例の佐藤芳子さんによるブラックパネル。螢光色の色鮮やかな世界に大人からも思わず感動の声が上がっていました。

音楽会は、鍵盤ハーモニカ、絵本の歌い語り等々、多彩な演出でさすがうたい隊!という素晴らしいステージでした。今年も、利用者お父さんによるマジックやパパサンタも登場してくれ、クリスマスの雰囲気を大いに盛り上げてくれました。



おもちゃ病院がやってくる!!

地域のおもちゃドクターが、おもちゃの診断や治療をしてくれます。壊れてしまった大切なおもちゃ達を、おもちゃ病院の先生に治してもらいませんか?!

(入院が必要な場合もあります)

日時 : 2月4日(水)

14:00~15:30

場所: 体験学習室

定員: 6組程度(お一人15分)

申込 : 1月14日(水)10:00~

インターネット予約

☆予約後、センターからご連絡を入れさせていただきます。

☆おもちゃの持ち込みは3点まででお願いします。



お知らせ

『リフレッシュひととき保育』
ひととき保育の利用には登録が必要です。

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 “みづべ”

【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)

1月17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

1月16日(金)10:30～

◎すこやかマンデー

1月19日(月)10:30～11:45

おもに発達に心配のあるお子さん、
し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。



◎助産師さんのグループ相談

1月8日(木)14:30～15:30

テーマ「冬の過ごし方」

産後の身体の事など、テーマ以外の事でも大丈夫です。みんなでおしゃべりしましょう。

・助産師：長谷川英理さん

・定員：6組程度

・申込：12月18日(木)～

★野遊びの達人

1月10日(土)10:30～11:30

(現地集合10:15)

火を囲んでみんなでゆっくり温かいお茶を飲みませんか。

・対象：2歳以上の歩けるお子さんとお父さん

・定員：8組程度

・場所：夢の島公園内
バーベキュー広場

・申込：12月20日(土)～

*当日の服装や持ち物について
ポータルサイトをご覧ください。

★親子でフラダンス

1月13日(火)10:30～11:30

お子さんと一緒にフラを楽しみませんか？(母子同室です)

・助産師：淡河雪美さん

・対象：0歳から未就園児の
お子さんとママ

・定員：7組程度

・持ち物：抱っこ紐、飲み物、
汗拭きタオル、
動きやすい服装

・申込：12月23日(火)～

★ようこそみづべ

1月14日(水)15:00～15:45

初めてみづ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

・定員：6組程度

・申込：12月24日(水)～

避難訓練

1月15日(木)15:00～15:45

いざという時に備えて、ひろばで防災訓練を行います。皆さんのご協力、ご参加をお願いします。
AEDの使い方や誤飲時の対処法などを一緒に学びましょう。
消防士さんも来てくれる予定です。

みづべ会議

1月16日(金)10:30～11:30

子育てにまつわる事など、
ひろばでおしゃべりしませんか？気軽にご参加ください。

*予約は不要です



◎助産師さんの身体ほぐし

1月20日(火)10:15～

産後の身体のケア、腰痛・肩こりなど痛みへの手当をしていただきます。(初めての方優先です)

・助産師：石塚真姫子さん

・定員：4名(お一人15分)

・申込：12月23日(火)

24日(水)の2日間

*定員超えた場合は抽選です

★年齢別プログラム

1歳後半「までまでBABY」

1月28日(水)10:30～11:30

「同じくらいの年齢のお子さんと知り合いたい」「交流したい」というみなさん集まれ！

・対象：1歳6ヶ月から

1歳11ヶ月のお子さん

・定員：6組程度

・申込：1月7日(水)～

南砂みずべ 1月プログラム

◎…電話予約
☆…ネット予約

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
2026 午 イラスト by まめさん					
5 相談室 ひろばお休み	6	7 おはなし会 11:00~	8 ◎助産師さんの グループ相談 14:30~15:30	9	10 ☆野遊びの達人 10:30~11:30
12 祝日のため お休み	13 ☆親子で フラダンス 10:30~11:30	14 おはなし会 11:00~ ☆ようこそみづべ 15:00~15:45	15 避難訓練 15:00~15:45	16 みづべ会議 10:30~11:30 ◎家族相談 10:30~	17 ◎発達相談 13:30~
19 相談室 ひろばお休み	20 ◎助産師さんの 身体ほぐし 10:15~	21	22	23	24 うたい隊活動日 10:00~
26 相談室 ひろばお休み	27	28 ☆年齢別 プログラム 10:30~11:30 おはなし会 14:30~	29	30	31

出張ひろば

☆砂町子育てひろば

- ①1/15 ②1/29 木曜日10:00~11:30
- ・申込:①1/1 ②1/15 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

- ①1/8 ②1/22 木曜日10:00~11:30
- ・申込:①12/25 ②1/8 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！

