



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

2026・3月号

No.222

## 「水遊び 大好き」

みずべのトイレで、よく聞こえてくるのが「はい、もうおしまいねー」「もう、綺麗になったよー」と言うママたちの声(もしかしたら、パパも言ってるかも)。こんな寒い時期でも、手が真っ赤になっても手洗いにとても熱心なこども達、白くなった自分の手を見て満足そうに、ニッコリしながら、ゴシゴシ泡立つのが楽しくて、石鹸を何回もつけて入念に手を洗うこども達。ある日、その隣で、私も石鹸をつけてゴシゴシしてみせると、益々張り切って泡だらけになって、キャッキョと笑い出した Y ちゃん。「おんなじー」と、泡々ハイタッチして、その日はじめて会ったのに、すっかり仲良し気分になりました。

「はい、綺麗になりました」と私が手をふきはじめると、Y ちゃんもママからタオルをもらって、真っ赤になった手をふきはじめました。やっと手洗いが終わったので、ママもニッコリしていましたが、水あそびは、こども達にとって魅力的なものようです。だから、「もう、おしまい」と言われてもなかなかやめられないのですね。

手の平で勢いよく水を受ける気持ちよさ、つかもうとしても流れて逃げて行ってしまう水、それでも諦めずに何度も手をグーにしたり、両手で挟もうとしたり、言葉では表現できない快感があるのかもしれない。

こどもの頃、公園に咲いている花や葉っぱを水の中で絞って、色水屋さんごっこをしたり、お風呂におもちゃの金魚を沢山いれて一緒に泳いだり、ママがお皿を洗っていると、大急ぎで椅子を運んできて、洗い物のお手伝いをして……。きっと後片付けが大変だっただろうと大人になってから思いましたが、水の魅力は今も変わらないようです。

依田幸子



## 《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・保護者の方で 37.5℃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。

- ・ランチタイムは 12:00～13:30 です。それ以外の時間でのお食事は禁止とさせていただきます。
- ・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で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。



## 我が家の定番



冬の我が家の定番はお鍋です。毎週日曜日は夕方になるとお鍋の支度が始まります。昆布を浸して一時間。その間にお野菜たっぷり、お肉たっぷり、葛切りたっぷり用意します。そして決め手は手作りポン酢です。母秘伝のポン酢でいただくお鍋は格別です。山ほどあった具材があつという間になくなっていきます。みんなの顔はにっこにこ。

みんなでお鍋を囲む時間をこれからも大切にしていきたいと思います。

(富永)

### ありがとうの会 2026

日時:3月14日(土)10:30~11:15

子ども達の成長やみずべでの出会い、支え励ましてくれた大切な人に「ありがとう」の思いを伝えたい！そんな思いで毎年この時期に開催している会です。

“遊びに来てくれてありがとう！”の思いを込めたスタッフからの出し物、うたい隊による思いのこもった歌声、みずべの1年を振り返るスライドショーなどを予定しています。

沢山の方のご参加をお待ちしております！

### わかちあいバザー2025

～収益と使い道のご報告～

当日売上	116,200円
大型品売上	29,800円
ママズコットンより	11,400円
ミニバザー売上	9,100円
合計	166,500円

#### 〈使い道〉

- ・近隣の子ども食堂3か所と、子育てひろば「すくすく」、日本ユニセフ
- ・ひろばのおもちゃ購入にも使わせていただきます

### 《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。  
登録面接も事前予約制となっています。



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)

Email: [minamisunakosodate@ka.baynet.ne.jp](mailto: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、こ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)

3月21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

3月13日(金)10:30～

### ◎すこやかマナーデー

3月9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。



### ◎助産師さんのグループ相談

3月5日(木)14:30～15:30

赤ちゃんとお母さんの交流の場です。助産師さんを囲んでみんなでおしゃべりしましょう。

テーマは「授乳について」

- ・対象：第一子の方優先
- ・助産師：早川友香さん
- ・定員：6組程度
- ・申込：2月12日(木)～

### ☆リフレクソロジー

3月10日(火)10:30～11:30

ほど良い強さの足への刺激で、ほっと一息ついてみませんか？

・講師：藤井朋代さん

(みずべママ)

- ・定員：3名(ひとり20分)
- ・申込：2月17日(火)、と18日(水)の2日間

※抽選です

\*初めての方優先です

### おはなし会

3月4・11日(水)11:00～

3月25日(水)14:30～

手遊びやわらべうた、絵本の読み聞かせなど親子で楽しみませんか？

- ・定員：20組程度
- ・申込：予約不要です



### ☆ようこそみずべ

3月24日(火)11:00～

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その保護者
- ・定員：6組程度
- ・申込：3月3日(火)～



### ☆年齢別プログラム

よちよちBABY(1歳前半)

3月26日(木)10:30～11:30

親子一緒に初めての遊びや、お友達とのふれあいを体験しましょう！

- ・対象：1歳0ヶ月～1歳5ヶ月のお子さんとお母さん
- ・定員：6組程度
- ・申込：3月5日(木)～



### ☆プレママプレパパ講座

3月28日(土)10:30～11:45

助産師さんと一緒に沐浴や抱っこ紐体験など行います。出産や赤ちゃんのことなど質問タイムもあります。

- ・対象：第一子を迎える予定のご家族
- ・助産師：弓削美鈴さん  
荒井みね子さん
- ・定員：4組程度
- ・申込：3月7日(土)～





# 南砂みずべ 3月プログラム

◎…電話予約  
☆…ネット予約

月	火	水	木	金	土
2	3	4 おはなし会 11:00～	5 ◎助産師さんの グループ相談 14:30～15:30	6	7
9 相談室  ひろばお休み	10 ☆リフレク ソロジー 10:30～11:30	11 おはなし会 11:00～	12	13 ◎家族相談 10:30～	14 ありがとうの会 10:30～11:15
16 相談室  ひろばお休み	17	18	19	20 祝日のため お休み	21  ◎発達相談 13:30～
23 相談室  ひろばお休み	24 ☆ようこそみずべ 11:00～	25  おはなし会 14:30～	26 ☆年齢別 プログラム 10:30～11:30	27	28 ☆プレママ プレパパ講座 10:30～11:45
30 相談室  ひろばお休み	31				イラスト by まめさん

## 出張ひろば

### ☆砂町子育てひろば

①3/5 ②3/19 木曜日10:00～11:30

- ・申込:①2/19 ②3/5 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

3/12 木曜日10:00～11:30

- ・申込:2/26 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

\* ネット予約制のひろばです。

## 《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！

