



みんなでつくる子育てひろば
亀戸みずべかわらばん

2026年
3月号
NO.45

「 成長を喜び合う 」

あたたかい日が続いたと思うと急に寒い日もあり「三寒四温」が始まっています。春はもうすぐそこまで来ているようです。

さて、春の時期を迎えるとひろばを振り返りながら思い出される光景があります。みずべに毎日のように来ていたねんねの赤ちゃんがハイハイするようになって、そのうちに歩くようになって。いつの間にか走るようになっていく。お母さんと一緒に触れ合い遊びから、ひとりで遊べるようになって、いつの間にかともだちと一緒に遊ぶようになっていく。「じゃあね、またね」「バイバイ」と手を振ってお家へ帰っていくその姿に、毎年目頭が熱くなります。こどもたちの成長ってすごいです。本当に！！そして、こどもたちの成長を支えるお母さんお父さんも、毎日毎日の大変を乗り越えて頑張っています。

今月は「成長を祝う会」のイベントを予定しています。1年間のこどもたちの成長をそしてお母さんお父さんもあるがとうの気持ちを込めて、みんなでみんなをお祝いする日です。今年は親子体操やハイハイレース、記念のフォトスポット等を用意しています。ぜひぜひ、ひろばのみなさんで喜び合う日となりますように。

山澤 美津子

かめいどみずべまつり 3月13日(金) 10:00~16:00

～みんなの成長おめでとう～

1年間の成長を

みんなで楽しくお祝いしましょう！

フォトスポット

10:00~12:00
14:00~16:00



キッズランド
inかめいどみずべ

10:00~11:30

対象：歩けるようになったお子さん

風船マツ、シーソー、ボールング、
わなげ、おままごとなど、
楽しいおもちゃがたくさん！

ハイハイレース

14:15~15:30

対象：ハイハイの赤ちゃん
(区内の方)

- ① 14:15~14:30
- ② 14:30~14:45
- ③ 14:45~15:00
- ④ 15:00~15:15
- ⑤ 15:15~15:30

親子でふれあい遊び

10:30~10:45
14:30~14:45

おはなし会

11:40~11:50
15:40~15:50

- ・ひろばは通常通り(10:00~16:00)で開所しております。
- ・当日は混雑が予想されるため、抱っこ紐での来館をお勧めします。
- ※江東区外の登録カードをお持ちでない方は入場できません。
- 事前に新規登録をお願いします。電話予約後、来所での登録になります。

★ハイハイレース申込(区内限定)

定員：各回6名

申込：2月16日(月)10:00~3月6日(金)16:00

(抽選)WEB予約のみ

※開始5分前にお集まりください。

遅れた方は参加できません。

お時間のお間違いのないようにご注意ください。

お申し込みは
一人一枠で
お願いします。

かめいどみずべまつりについて、詳しくはポスターをご覧ください。
プログラムの申し込みも、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3月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
1	2 相談室 出張ひろば (青少年交流プラザ) ひろばやすみ	3	4	5 ★かめさんの のんびりタイム	6★赤ちゃんとお母さん のための食事の はなし おはなし会	7 佐藤芳子さんの おはなし会
8	9 相談室 ひろばやすみ	10 ★ハンド トリートメント	11 ★ベビールーム(mana)	12 ★ウアココサロン	13 かめいどみずべまつり ～みんなの成長 おめでとうの会～	14 ★パパと ベビーマッサージ
15	16 相談室 出張ひろば (亀戸スポーツセンター) ひろばやすみ	17 ★かめさんの のんびりタイム	18 ★パパカフェ ★ベビールーム(ulu)	19 おはなし会 ★助産師さんと話そう	20 春分の日	21
22	23 相談室 出張ひろば (亀戸北地区集会所) すこやかマンデー ひろばやすみ	24 ★フレママ・ベビママ ヨガ ★ようこそみずべへ	25 すこやか測定 (AM)	26 すこやか測定 (PM)	27 わらべうた	28 ★誕生日会
29	30 相談室 ひろばやすみ	31	プログラムのご利用は 江東区民の方優先にさせていただきます。			

★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。

【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。

★かめさんののんびりタイム (事前予約制/WEB予約のみ)

①3月5日(木) ②3月17日(火)
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預かりします。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：① 2月26日(木) 10:00～16:00(抽選)
② 3月10日(火) 10:00～16:00(抽選)

★パパとベビーマッサージ (事前予約制/WEB予約可)

3月14日(土) 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：首がすわったころ～

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

お子様の着替え・水分(ミルクなど)

申込：2月16日(月) 10:00～

2月28日(土) 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。

★パパカフェ～パパのひろば～ (事前予約制/WEB予約可)

3月18日(水) 10:30～11:30

初めて平日に開催します。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。パパのみずべ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

申込：2月16日(月) 10:00～

2月28日(土) 16:00(抽選)



★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

- ①3月11日(水) mana (マナ) class
…6か月くらいまで
- ②3月18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2月25日(水) 10:00~
3月4日(水) 16:00(抽選)



★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

3月24日(火) 14:30~15:30
みずべってどんどころ?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やい
ませんか。

定員: 10組程度(先着)

申込: 2月25日(水) 10:00~

随時申込受付中



★誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

3月28日(土) 11:00~11:30
3月生まれのお子さんのお誕生日をみんなでお祝
いしましょう。

対象: 3月生まれの方

申込: 3月2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)

3月24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: 2月25日(水) 10:00~

3月17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。



★助産師さんと話そう

(事前予約制/WEB予約可)

3月19日(木) 13:45~14:45

テーマ: 「卒乳について」

卒乳したいけれど、方法が分からない。いつごろ
始めたらいいの?など助産師さんと一緒にお話し
しましょう。

定員: 8組程度

申込: 2月25日(水) 10:00~

3月12日(木) 16:00(抽選)



★ハンドトリートメント

(WEBのみの事前予約制)

3月10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: 3月3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。



★ウアココサロン

(事前予約制/WEB予約可)

3月12日(木) 10:30~11:30

さまざまな国籍の人と楽しい時間を過ごしましょ
う。文化の違いに戸惑う事やこんなときどうして
る?など沢山お話ししましょう! Let's all talk a
lot!

定員: 8組程度(先着)

申込: 2月25日(水) 10:00~

随時受付中



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：3月2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：3月23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：3月16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

3月25日(水) 10：00～11：45
26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ましょう。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

3月23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。ゆったりとしたひろばで思いっきり遊びましょう。予約不要です。



わらべうた

3月27日(金) 10：45～11：30

親子でゆったり、歌とあそびの時間を楽しみましょう。0歳の赤ちゃんから年齢を問わずにお楽しみいただけます。予約不要です。

講師：谷口伊都子さん



<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せん。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)

3月12日(木)/3月26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)

3月17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づらひ…などの個別の発達相談です。事前予約制です。

おはなし会

3月6日(金) 14：30～14：50

3月19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

3月7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



3月の手遊び「つくしんぼ」

(1番だけを紹介します)

ポットでた ポットでた つくしんぼ
ポットでた ポットでた つくしんぼ
チョウチョがとんで春ですね



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)