



子ども家庭支援センターだより

南砂みずべ かわらばん

みんなで作る子育てひろば

2026・4月号

No.223

「こどもの力」

3月14日に南砂みずべで「ありがとうの会」を開きました。みずべに遊びに来てくれたこども達に“ありがとう”。こども達を連れて来てくださったママやパパ、おじいちゃんおばあちゃんに“ありがとう”。そしてこども達と遊んでくださった支援士さんやひろばのボランティアさんに“ありがとう”の気持ちをお伝えしたくて、皆さんをお誘いしました。

うたい隊や職員の歌や劇に、こども達も参加してくれました。大人の方々も一緒に歌いながら、こども達との日々を思い、ちょっと涙ぐむ場面もあり、参加してくださったみんなの心が一つになって、お互いに“ありがとう”の気持ちを分かち合ったひと時だったと感謝しました。

初めて参加してくださった支援士さんが「いつも保育に来て一緒に遊んで、こどもから元気をもらっています」と仰っていましたが、私たちスタッフも同じことを感じています。こども達が持っている、生きる力・伸びる力・大きくなっていく力を感じるからでしょうか。早く大きくなりたい・もっといろいろなことをしたい・何でもできるようになりたい、こども達はそういう気持ちを持って伸びていくのだと思います。そしてその力が、周りの私たち大人も元気にしてくれるのではないのでしょうか。

「一緒に歌おう」と声がかかると、ちょっと恥ずかしそうに前に出ていく子、ママのそばにいて、そこで一緒にリズムをとっている子、廊下で熱帯魚を見ながら、でも歌が聞こえると自然に体を動かす子、一人ひとりの心の個性を感じました。みんなが「自分らしさ」を持って、それがその子の「生きる力」なのかもしれませんね。

依田幸子



4月からひろばの開所時間は10時から16時半まで延長となります

《あそびのひろば》

【子育てひろば】10時～16時半 ※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】

ランチスペースは体験学習室のみとなります。

- ・ランチタイムは12:00～13:30となります。それ以外の時間のお食事は禁止とさせていただきます。
- ・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となります。※おやつはご遠慮ください。



3月14日(土) ありがとうの会を行いました！

土曜日の午前中、日頃からひろばに遊びに来てくれている親子やファミリーでの来所など、50組を超える方々が集まり、お楽しみやうたい隊の歌声、みずべの1年を振り返るスライドショーなどを楽しみました。

日々の子育ては流れていくけれど、だからこそちょっと立ち止まって成長を振り返ったり、いつもは照れて言えない「ありがとう」の気持ちを伝えあいながら、明日からのこどもや家族、仲間との時間を過ごしてもらえたら…。そんな思いが通じ合えた気がした、温かい会になりました。

スタッフからの出し物は「りんごころころ」の手遊びと「大きなかぶ」とスライドショーでした



うたい隊の歌声にも新しい春の到来を感じました



児童館・みずべ交流事業 親子スタンプラリー2026 開催！



期間 4月1日(水)～30日(木)

(各施設の開館日に実施します)



【参加方法】

1. 4つのいずれかの施設に遊びに行きます。
2. スタンプラリーの台紙を受け取ります。
3. それぞれの施設でスタンプを貰います。
4. スタンプを2つ以上集めると参加賞がもらえます。

【開催施設】

東砂児童館・南砂児童館・
小名木川児童館・南砂みずべ

《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。(前日予約ではなくなりました)



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)

Email: 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 秋田彰子先生(公認心理師)

4月18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

4月10日(金)13:30～

◎すこやかマンデー

4月13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。



◎助産師さんの個別相談

4月2日(木)10:10～

お子さんの育ち、お母さんの身体やおっぱいの事など個別にお話できます。

- ・助産師 : 弓削美鈴さん
荒井みね子さん
- ・定員 : 4組(お一人20分)
- ・申込 : 3月12日(木)～

☆わらべうた

4月8日(水)10:30～11:00

ふれあい遊びを通してお子さんと楽しい時間を紡ぎましょう。

- ・講師 : 伊藤美代子さん
- ・定員 : 15組程度
- ・申込 : 3月18日(水)～

◎助産師さんの身体ほぐし

4月14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 : 3月24日(火)・
3月25日(水)の2日間
- ※定員超えた場合は抽選です

☆ようこそみずべ

4月17日(金)11:00～11:45

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
- ・定員 : 6組程度
- ・申込 : 3月27日(金)～

☆年齢別プログラム

あつまれベイビー

4月21日(火)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 : 0歳のお子さん
(第一子の方優先です)
- ・定員 : 8組程度
- ・申込 : 3月31日(火)～



☆大人ヨガ

4月22日(水)10:30～11:30

ゆったりとした呼吸で、身体をほぐしましょう。

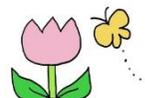
- ・講師 : 荻野亜紀子さん
(ヨガインストラクター)
 - ・定員 : 4組(母子同室)
- ※初めての方優先です
- ・持ち物 : 汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット(お持ちであれば)
 - ・申込 : 4月1日(水)～

足育講座～初めての靴選び～

4月28日(火) ①10:15～10:45 ②11:00～11:30

歩き始めたお子さんの初めての靴えらびのポイントやお子さんの成長していく足のことについてお話しします。

- ・講師 : 藤井朋代さん
(フットケアセラピスト/足・靴セラピスト)
 - ・対象 : ①9ヶ月～1歳未満のお子さんとその保護者
②1歳～のお子さんとその保護者
- ※母子同室のプログラムとなります
- ・定員 : 各回6組
 - ・申込 : 4月7日(火)～





南砂みずべ 4月プログラム

◎…電話予約
☆…ネット予約

月	火	水	木	金	土
		1 おはなし会 11:00～	2 ◎助産師さんの 個別相談 10:10～	3	4
6 相談室 ひろばお休み	7	8 ☆わらべうた 10:30～11:00	9	10 ◎家族相談 13:30～	11
13 相談室 ひろばお休み	14 ◎助産師さんの 身体ほぐし 10:15～	15 おはなし会 11:00～	16	17 ☆ようこそみずべ 11:00～11:45	18 ◎発達相談 13:30～
20 相談室 ひろばお休み	21 ☆あつまれ ベイベー 10:30～11:30	22 ☆大人ヨガ 10:30～11:30 おはなし会 14:30～	23	24	25
27 相談室 ひろばお休み	28 ☆足育講座 ①10:15～ 10:45 ②11:00～ 11:30	29 祝日のため お休み	30	 イラスト by まめさん	

出張ひろば

☆砂町子育てひろば

①4/16 ②4/30 木曜日10:00～11:30

- ・申込:①4/2 ②4/16 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

①4/9 ②4/23 木曜日10:00～11:30

- ・申込:①3/26 ②4/9 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、アプリから予約が必要です。

4月1日～ネット予約の方法が親手帳アプリ「イベント情報」
からのお申込みになります。

受付はこちらです→

