



子ども家庭支援センターだより

# 東陽みずべ・かわらばん

## 2026.5月号

No. 294



### 「おすもうくまちゃん」

詩/さとうよしみ 曲/磯部倅

♪おすもう くまちゃん くまのこちゃん  
 はっけよいよい はっけよい はっけよい  
 どちらが つよいか はっけよい  
 しっかり しっかり しっかりね♪



東陽みずべのひととき保育室に、健やかなこどもの成長を願う人形を飾りました。それは、金太郎とくまさんがお相撲をとっている姿のとても愛らしい飾りです。ついつい♪おすもうくまちゃんの歌を口ずさんでしまいました。

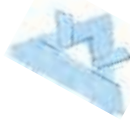
赤ちゃんやこどもたちが、ご家族や周りの人から愛されて、心も身体もすこやかに成長しますように…みずべは応援しています。また「こどもの日」は、こどもを命がけで産みそだててくれた母親や家族に「ありがとう」と感謝する日でもあります。

ありがとうの気持ちをこめて、5月5日 東陽みずべひろばはオープンして、お楽しみのプログラムを用意しています。ぜひご家族そろって遊びに来てくださいね。

佐藤貴子

### 東陽みずべ 特別イベント

5月5日(火・祝)10:30~11:30



一緒に楽しみながらお手伝いをしてくれるパパを募集中です!!

### こどもの日は、ひろばを開館します

鯉のぼりバッグをつくろう!

ぱっくんアニマル(どうぶつさんめがけてボールを転がそう!)

すきなおやつ な~に?(ぶらさがっているおやつをゲットしよう!)

お~い麦茶(みずべ販売機でベビー麦茶をプレゼント!)



※参加無料(お菓子等はお子様1人につき1個となります。)

のびのび作業所フーズの美味しいクッキー販売

5月12日(火)11時~12時



# 東陽みずべ5月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
<p style="text-align: center;">ゴールデンウィーク中の開所について</p> <p>5日(こどもの日)は開所いたします。 7日ひろばはお休み、ひととき保育室は開所いたします。</p>					1 くまさんひろば(0歳) 14:00~16:00	2 ふたごちゃん ひろば 14:00~16:00
3	4	5 ☆ひろば開所 東陽みずべ 特別イベント こどものひ	6	7 相談室 ひろばお休み	8 くまさんひろば1・2・3! 10:30~11:30	9 プレママプレパパ 土曜のカフェタイム 14:00~15:00
10	11 相談室 ひろばお休み ☎ すこやか マンデー 10:30~ 12:00	12 おはなし会 11:00~ ☎ 赤ちゃん プログラム① 14:15~15:45	13 産後ピラティス 10:30~11:30 わらべうた ①14:30②15:10	14 枝川子育て ひろば 10:00~ 11:45	15 くまさんひろば(0歳) 14:00~16:00	16
17 江東 こどもまつり 10:00~ 16:00	18 相談室 ひろばお休み	19 ☎ 赤ちゃん プログラム② 14:15~15:45	20 リラクゼーション 14:00~15:00	21	22 ☎ ようこそみずべ 14:00~14:45 くまさんひろば(~6ヶ月) 14:45~16:00	23
24	25 相談室 ひろばお休み	26 おはなし会 11:00~ ☎ 赤ちゃん プログラム③ 14:15~15:45 枝川出張ひろば 14:00~15:45	27	28	29 おうたであそぼう ①14:30②15:10	30
31						

## 相談

### 【子育て相談】

子育ての悩みや不安など、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~土曜日 03-5665-4017(相談専用)

面接 9:00~17:30 電話 9:00~18:00

### 【専門相談】

臨床心理士による個別相談も行っております。※事前予約制

#### ○家族相談

子ども、家族、ご自身の悩みについての相談室です。

1日(金)、22日(金) 10:10~

#### ○発達相談

お子さんの発達についての相談です。

6/20(土) 13:00~

## あそびのひろば

### 【子育てひろば】

火曜日~土曜日 10:00~16:30

- ・初回利用時は登録を行います。
- ・区外在住の方もご利用いただけます。

### 【ランチタイム】

場所:くまさんひろば 時間:12:15~13:30

※時間外のお食事、おやつはご遠慮いただいています。

※多くの方にご利用いただけるよう、

1組あたり30分以内とさせていただきます。

### 【離乳食コーナー】

給湯室にて離乳食が食べられます。

※利用時は受付にお声かけください。

## リフレッシュひととき保育のご利用には、登録が必要です(予約制)

登録日:月・水曜日 10:00~12:00 / 14:00~16:00

お電話で、または来所時にご予約をお願いします。

## プログラムお申込みについて

※江東区民の方優先となります

プログラムによって、それぞれ定員があり事前の予約が必要となります。参加費については無料ですが、材料費がかかるものは実費となる場合もあります。詳しくはスタッフにお問い合わせください。  
また併せて子育て支援アプリにアップされるプログラム詳細をご覧ください。

《電話受付》☎のマークがあるプログラムは電話受付となります。

受付時間:10:00~16:30 TEL:03-3699-4871


<p><u>ようこそみずべ</u> 【先着】定員 8 組程度 みずべデビューの方、デビューしたけどまだ慣れてなくて…という方、同じくらいの赤ちゃんのママと話してみたい方、参加をお待ちしています。ひろばの紹介や出会いの場になっています。参加される方は自己紹介があります。 日時:5/22(金)14:00~14:45 申込:4/24(金)10:00~ 対象:生後 6 ヶ月までの赤ちゃんとお母さんの方</p>	<p><u>すこやかマンデー</u> 【先着】定員 8 組程度 育ちが気になる、健診を受けるのがちょっと心配…など、同じような悩みを共有しながら、ひろばでゆっくり過ごせます。受付でも申込可能です。 日時:5/11(月)10:30~12:00 申込:随時</p>
<p><u>赤ちゃんとお母さんの家族へはじめてのステップ</u> 【先着】定員 8 組程度 スタートしたばかりの子育てを応援するための連続講座です。ゆったりしながらおしゃべりできる場を用意しています。 ファシリテーター:木村弘美さん 日時:5/12・19・26・6/2 日(火)14:15~15:45 ※4回連続講座です。 申込:4/7(火)10:00~ 対象:生後 2~5 か月(2025.12/13~2026.3/12 生まれ)の第 1 子の赤ちゃんとお母さん</p>	
<p><u>こどものからだ・ことば・えほん</u> 【先着】定員 8 組程度 ことば・からだ・えほんを手がかりに、赤ちゃんの育ちの道筋をやさしく整理しながらみんなで身体を動かしながらおしゃべりしましょう。 講師:瀬川未佳さん(臨床心理士・元絵本編集者・東洋大学講師) 日時:6/10・24(水)10:15~11:45 申込:5/20(水)10:00~ 対象:2025 年4月2日~2025年12月12日生まれのお子さんとお母さん ※お子さんには保育がつきます。</p>	

《WEB 受付》📺のマークがあるプログラムは WEB からの申込となります。






令和8年4月1日より、江東区子育て情報ポータルサイト内の「イベント情報」「イベント予約」は、

子育て支援アプリ「こうとうおやこ手帳」に移行しています。ご登録をよろしくお願いいたします。



<p><u>産後ピラティス</u> 【先着】定員 8 組程度 初めてでも大丈夫! みんなで身体を動かして、リフレッシュしましょう。※お子さんは同室で過ごします。 講師:HARUKA さん (ピラティス講師・地域のママです) 日時:5/13(水)10:30~11:30 申込:4/22(水)10:00~ 対象:生後 1 ヶ月から 6 ヶ月程度のお子さんとお母さん</p>	<p><u>やってみよう沐浴体験</u> 【先着】定員 8 組程度 講師:石村あさ子さん、石川真由美さん 日時:6/6(土)10:00~11:45 申込:グーグルフォームにて 4/10(金)10:00~ 対象:江東区在住の 22 週~36 週の妊婦さん・お父さん ※ママー一人・パパ一人でも OK</p>
<p><u>リラクゼーション</u> ゆっくりとした呼吸をして心身ともに皆さんでリラックスしましょう。 講師:太田喜乃さん 日時:5/20(水)14:00~15:00 申込:4/28(火)10:00~</p>	<p>【先着】定員 8 組程度  ※お子さんには保育があります。</p>

## 《申込不要》

<p><u>わらべうた</u> 親子でゆったりとわらべうたを楽しみましょう。 講師：相京香代子さん・谷口伊都子さん 日時：5/13(水)①14:30～②15:10～</p> <p>いちり にり さんり しりしりしり～♪</p> <p style="text-align: right;">わらべうたより</p>	<p><u>くまさんひろば(年齢別あそびのひろば)</u> 同じくらいの年齢の子と遊びたい方、ママ同士でおしゃべりしたい方、お待ちしております。 0歳…5/1、15(金)14:00～16:00  0歳(6か月まで)…5/22(金)14:45～16:00 1・2・3!(1～3歳)…5/8(金)10:30～11:30 ※くまさんひろば1・2・3!は、毎月内容が変わります♪ ポータルサイトのお知らせをご覧ください。</p>	
<p><u>おうたであそぼう</u> 親子で一緒に季節のおうたやリズム遊びを楽しみましょう♪ 講師：三藤あやさん 日時：5/29(金)①14:30～②15:10～</p> 	<p><u>ふたごちゃんひろば</u> 一緒に遊びながらお話しませんか? 日時：5/2(土)14:00～16:00  対象：双子、三つ子の親子の方、これから迎える予定のプレママ・プレパパ</p>	
<p><u>おはなし会</u> ボランティアさんによるおはなし会です。 日時：5/12(火)11:00～11:20 5/26(火)11:00～11:20</p> 	<p><u>おたんじょうびのお祝い</u> お誕生日を迎えるお子さんへ、誕生日カードを用意しています。 <u>すくすく測定</u> 身長・体重を測りたい方はお声かけください。お手伝いします。</p> 	
<p><u>枝川子育てひろば</u> 塩浜児童館・東陽みずべ合同開催 手遊びや工作などのスポットタイムも行います。 5/14(木)10:00～11:45 場所：枝川区民館 和室</p>	<p><u>枝川出張ひろば</u> 広い畳のお部屋で、のんびり遊びましょう。 5/26(火)14:00～15:45 場所：枝川区民館 和室</p>	<p><u>深川出張ひろば</u> 深川スポーツセンターでの開催です。 5月はお休みです 場所：深川スポーツセンター和室</p>
<p><u>第38回江東こどもまつり</u> 「遊びはこどもの未来をつくる」をメインテーマに、江東こどもまつりを開催いたします。 5/17(火)10:00～16:00 開場：都立木場公園 主催：江東こどもまつり実行委員会・江東区・江東区教育委員会</p>		

## ひろばあれこれ

「くまさんひろば1歳」に参加してくれていた子たちが2歳になり、こんな事もできるようになったの?!と日々の成長に驚いています。

スタッフが毎日開催する「ミニおはなし会」では、前に出てきてわらべうたを真似したり、おはなしの移動ワゴンと一緒に押してくれたりする子もいて、“ちょっと触ってみたい”から、“お手伝いしたい”に変わってきたことにお子さんたちの成長を感じます。今年度は、「くまさんひろば1、2、3!」を月1回開催します。1歳から3歳までのお子さんが対象です。みなさんにとって楽しい1年になるよう、共に考えていきたいと思っています。(森重)

江東区東陽子ども家庭支援センター“みずべ” 江東区東陽 3-1-2

TEL03-3699-4871(相談専用 03-5665-4017)FAX03-5665-4780

URL <http://www.koto-kosodate-portal.jp/mizube/> (指定管理者：社会福祉法人雲柱社)