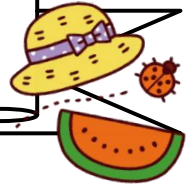




# みんなでつくる子育てひろば 亀戸みずべかわらばん

2026年  
7・8月号  
NO.49



## 「 素敵な時間 」

梅雨はもう少し続きそうですが、日によっては真夏日になる日も増えてきました。いよいよ夏本番を迎えます。季節の変わり目は体調も崩しやすくなるので気を付けて過ごしていきたいですね。さて、連日ひろばの「はらっぱエリア」では毎日子どもたちが、坂を登ったり下りたり、お母さんやお父さんと一緒に遊ぶ姿が見られます。子どもたちが一步一步坂を登っていく度に「がんばって～!!」「もう少しだよ」との声や「すごいね!登れたね」「楽しいね～」とたくさんあたたかい言葉がひろばに響きます。そして子どもたちもニコニコの笑顔で応えます。子どもたちの遊びや声に、大人があたたかく共感する風景はとて素晴らしい時間だと改めて思います。私たちスタッフもいつも子どもたちの笑顔が溢れる、子どもも大人も応答し合えるひろばを創り出していきたいと思っています。

7月には亀戸みずべでは、プレママや生まれて3カ月くらいまでのご家庭を対象に「ようこそみずべへスペシャル」を行います。「赤ちゃんが生まれたら、どこへ行こうか?」「“みずべ”ってどんなところだろう?」はじめての育児で戸惑うことや悩むこと、嬉しいことや楽しいことを助産師さんと一緒にみんなでお話して楽しい時間にしていきたいと思っています。又今年も「亀戸みずべ夏まつり」を行います。家族みんなで笑顔の溢れる夏にしていきたいと思っています。ぜひみずべに遊びにいらしてください。

山澤美津子


## なつまつり 2026年7月25日(土) <5部入れ替え制>

- 《第1部》 10:00～10:50
- 《第2部》 11:00～11:50  
(ランチタイム 12:00～13:00)
- 《第3部》 13:00～14:10
- 《第4部》 14:20～15:10
- 《第5部》 15:20～16:20  
(最終入場16:00)

混みあいますので  
抱っこ紐のご協力を  
お願いします!



### ～内容～

- ・フォトスポット 
- ・製作コーナー
- ・ゲームコーナー
- ・くじびき
- ・エアヨーヨーつり
- ・ミニひろば など

詳しくはポータルサイト・ポスターをご覧ください。

～なつまつりの日のランチタイムについて～  
7月25日(土)はランチタイムが  
**12:00～13:00** に変更になります。  
お気をつけください。

※なつまつりは予約不要です。 ※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。  
区外の方の新規登録日は水・金で、事前予約制です。

かわらばん/イベントの  
お知らせはこちら↓



### 7.8月水遊びも 計画しています!



詳しくは決まり次第ポータル  
サイトにてアップしますので  
ご確認ください♪

### ○お願い○

暑い季節となり、サンダルを履く時期になりました。  
保護者の方はご利用時衛生面などへの配慮から、

靴下の着用をお願い致します。

～Please wear socks～







## 亀戸みずべ7月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 ★かめさんののんびりタイム ★町のお医者さん看護師さんと語ろう	3 ◎KOTOハッピー子育てトレーニング講座(ダイジェスト版)みずべ会議	4 ★誕生会 佐藤芳子さんのお話し会
5	6 相談室 出張ひろば(青少年交流プラザ)(亀戸スポーツセンター) ひろばやすみ	7 ◎グループ懇談会	8 ★ベビールーム(ulu)	9	10 お話し会	11 ★パパとベビーマッサージ
12	13 相談室 出張ひろば(亀戸北地区集会所) ひろばやすみ	14 ★ハンドトリートメント	15 ★かめさんののんびりタイム ★ベビールーム(manala)	16 お話し会 ◎助産師さんと個別相談	17 ★赤ちゃんとお母さんのための食事のはなし	18 ★ようこそみずべスペシャル
19	20 海の日	21 ◎グループ懇談会	22 すこやか測定(AM) ★ベビールーム(lei)	23 すこやか測定(PM)	24 わらべうた	25 夏祭り
26	27 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	28 ★プレママ・ベビママヨガ	29 ★ようこそみずべへ	30	31	

※プログラムは江東区民の方が優先となります※

## 亀戸みずべ8月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 相談室 ひろばやすみ	4	5	6	7	8
9	10 山の日	11	12	13	14	15
16	17 相談室 出張ひろば(亀戸スポーツセンター) ひろばやすみ	18	19	20	21	22 ★誕生会
23	24 相談室 すこやかマンデー ひろばやすみ	25	26	27	28	29
30	31 相談室 ひろばやすみ					

### ★マークのプログラムについて

- ・予約はこうとう親子手帳アプリ内での申し込みとなります。
- ・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、抽選日の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。
- ・キャンセルの場合にはご連絡ください。

### 【子育てひろば】

火～土10:00～16:30

### 【ランチタイム】

12:00～13:30



### ★かめさんののんびりタイム

(事前予約制/WEB予約のみ)

①7月2日(木) ②7月15日(水)

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: ①6月26日(金) 10:00～16:00(抽選)

②7月8日(水) 10:00～16:00(抽選)



おやこ手帳アプリ



App Store  
からダウンロード



Google Play  
でインストール

↑イベントの予約はこうとうおやこ手帳アプリからお申込み可能です

## ★ハンドトリートメント

(WEBのみの事前予約制)

7月14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: 7月7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。

※お子さんはひろは内で保育します。



## ★パパとベビーマッサージ

(事前予約制/WEB予約可)

7月11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お父さん

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: 6月25日(木) 10:00~

7月3日(金) 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。



## ★赤ちゃんとお母さんのための食事のはなし

(事前予約制/WEB予約可)

7月17日(金) 10:10~11:30

ご飯を炊いてお味噌汁を作り、試食しながら話しませんか。初めての離乳食。進め方、遊び食べが始まった時他の人達はどのようにしてる?など管理栄養士さんと一緒に懇談しませんか。

定員: 8組程度

対象: 離乳食中期(2回食)ごろの

お子さんと保護者

申込: 6月25日(木) 10:00~

7月10日(金) 16:00(抽選)

※抽選終了後、参加確定した方はこちらからお電話します。



## ★ようこそみずべへスペシャル

(事前予約制/WEB予約可)

7月18日(土) 10:15~11:30

ようこそプレママパパさん!そしてまだみずべに来たことがないママさん、パパさん。ご夫婦ではもちろん、お1人でもOKです。(かわいいおみやげあります。)

内容: みずべの紹介、妊婦さん同士の交流、情報交換、

抱っこひもの使い方、沐浴体験、

先輩パパママさん達との交流も予定しています。

ふれあいスキンシップ遊び

助産師さんもいらっしやいます。

対象: プレママ・パパ、生後3か月くらいまでの

赤ちゃんとお母さん

定員: 10組程度

申込: 6月25日(木) 10:00 ~随時予約受付中

※申込多数の場合、抽選とさせていただきます。



## ★baby room

(事前予約制/WEB予約可)

①7月8日(水) ulu(ウル) class

...9か月から1歳くらいまで

②7月15日(水) mana(マナ) class

...5か月から8か月くらいまで

③7月22日(水) lei(レイ) class

...プレママから4か月くらいまで

時間はいずれも14:15~15:00

月齢に合わせて3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: ①ulu class: 9か月から1歳くらいまでの親子

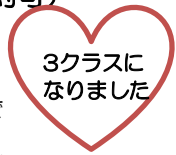
②mana class: 5か月から8か月くらいまでの親子

③lei class: プレママから4か月くらいまでの親子

申込: 6月25日(木) 10:00~

①②7月1日(水) 16:00(抽選)

③7月15日(水) 16:00(抽選)



## ★プレママ・ベビママヨガ

(事前予約制/WEB予約可)

7月28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)

申込: 6月25日(木) 10:00~

7月14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。



## ★7・8月の誕生会

(事前予約制/WEB予約可)

7・8月生まれのお子さんのお誕生日をみんなで祝いましょう。

①7月4日(土) 11:00~11:30

対象: 7月生まれの方

申込: 随時申込受付中

②8月22日(土) 11:00~11:30

対象: 8月生まれの方

申込: 7月25日(土)~随時申込受付中



## ★ようこそ!みずべへ

(事前予約制/WEB予約可)

7月29日(水) 14:30~15:30

みずべってどんなところ?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: 6月25日(木) ~ 随時申込受付中



## ◎助産師さんの個別相談

(電話のみの事前予約制)

7月16日(木) 13:45~15:05

おっぱいに関すること、産前産後の心の変化、赤ちゃんの体重の増え等、助産師さんに個別にご相談いただけます。

定員: 4組(一人20分ずつ)

申込: 6月25日(木) 10:00~(先着)

## 出張ひろば

### 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：7月6日(月) / 8月は休み  
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)

#### 亀戸スポーツセンター出張ひろば

月日：7月6日(月) / 8月17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)

#### 亀戸北地区集会所出張ひろば

月日：7月13日(月) / 8月は休み  
時間：10:00~11:45  
場所：亀戸北地区集会所/2階和室



### すこやか測定

7月22日(水) 10:00~11:45  
23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。



### 佐藤芳子さんのおはなし会

7月4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



### みずべ会議

7月3日(金) 14:30~15:30

みずべについてあれこれお話しませんか？  
※「みずべ会議」とはよりよい「ひろば」づくりを目指し、  
利用者の皆さんと意見を共有しあう場です。

### ★パパカフェ～パパのひろば～ (事前予約制/WEB予約可)

9月12日(土) 10:30~11:30

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：8組程度

申込：8月17日(月)10:00~

8月28日(金)16:00(抽選)



予告

### <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す。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)

7月9日(木) / 7月23日(木)

8月13日(木) / 8月27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れ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)

7月21日(火) / 8月18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りづらい...などの個別の発達相談です。事前予約制です。

### すこやかマンデー

7月27日(月)・8月24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

7月24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



### おはなし会

7月10日(金) 14:30~14:50

7月16日(木) 10:45~11:15

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。



★夏休み中は小学生ボランティア募集中です！

詳しくはスタッフにお声掛けください。

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)