



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・10月号 No.228

「育ちあう仲間」

先日、南砂みずべに生後2か月の赤ちゃん元気いっぱいのお兄ちゃん、そして二人を連れて来てくれたママ。お兄ちゃんとママは赤ちゃんが生まれる前から、みずべに来ていましたが、その日は久しぶりの来所で、しかも、初めましての赤ちゃんと一緒にです。

「まだ、早いかないと思ったけれど、お兄ちゃんが家の中だけではおさまらなくなったので、思い切って来ちゃいました」と話しているママの手を引っ張って、ひろばで遊ぶ気満々のお兄ちゃんです。私がママから2か月のAちゃんを抱っこさせてもらおうと、お兄ちゃんは張り切ってママと一緒にひろばへ走って行きました。Aちゃんは、目が合うとニッコリ笑ってくれるので、私も笑いかけたり、あやしたりして、嬉しいひとときとなりました。

小さな赤ちゃんも、目覚めて機嫌の良いときには、相手に向かって微笑むようになり、気持ちが通じ合うような交流が豊かになっていきます。その笑顔に誘われて、私たち大人も嬉しくなって、積極的に話しかけたり、あやしたりするのではないのでしょうか。この気持ちの交流は、こども達が人のこころの温かさを感じ、自分自身や人に対する信頼感を育んでくれることでしょう。

こどもが育っていく時には、その健やかな育ちを支える仲間が必要です。温かい視線を注ぎ続ける周りの人の協力や手助けが必要です。そして、育ちあうことができる仲間の存在は、きっと大人にとっても、こどもにとっても、大きな安心と力を得ることができると思います。私たちも、その仲間の一人になりたいと願っています。

依田幸子



南砂みずべ ありがとう！20周年!!

みなさんに支えられ、南砂みずべは20周年を迎えることができました。
感謝の気持ちを込めて、0歳親子から楽しめるイベントを開催します。

10月24日(土)

「おまつりひろば」 10:00～12:00

「笑顔のひろば」 13:00～16:30



※12:00～13:00の間はひろば利用はできません
(授乳・おむつ替えスペースはご利用いただけます)
※ランチタイムの開放はありません。ご了承ください。
※詳細は裏面をご覧ください。



我が家の定番

我が家の定番おやつは、手作りのアイスボックスクッキーです。ココア味とバニラ味のクッキー生地を作って、チェック柄とうずまき柄の2種類を焼きます。このクッキーのレシピは、私の母が高校時代に友人から教えてもらったものだそうです。子どもの頃、母がクッキーを焼いてくれると部屋中が甘い香りに包まれて幸せな気分でした。今はこのレシピを私が受け継ぎ、たまに作ります。

思い出がいっぱいの定番クッキーです。(細川)



南砂みずべ ありがとう! 20周年!!

午前の部「おまつりひろば」

10:00~12:00 (最終入場 11:30)

・ゲームコーナー

ひもくじ、的当て、ヨーヨーつり

・ママスコットンによるワークショップ

クリスマスオーナメント作り

・赤ちゃんフォトスポット

・参加型展示コーナー

みんなで20周年記念アート作品を作ろう!

・コトミちゃんと写真撮影

①10:40~10:55 ②11:35~11:50

午後の部「笑顔のひろば」

13:00~16:30

・ひろば開放 (縮小バージョン)

13:00~15:00

・うたい隊ミニコンサート

& 劇団フーク観劇 15:00~16:15

※観劇については一部予約席を設けます

対象: 0~2歳のお子さん

※保護者の方はひと家庭1名まで

定員: 15名 (抽選)

親子手帳アプリよりお申込み下さい

申込: 10/3(土) 10:00~10/5(月) 17:00

《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

Emai: 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)

10月17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

10月9日(金)13:30～

◎すこやかマンデー

10月5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

10月1日(木)14:00～

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：西川直子さん
長谷川英里さん

定員：4名(お一人20分)

申込：9月10日(木)～

◎助産師さんの身体ほぐし

10月6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。

助産師：石塚真姫子さん

定員：4名(お一人15分)

申込：9月15日(火)と

16日(水)の2日間

※抽選です

☆秋の特別おはなし会

10月7日(水)11:00～11:30

0歳から楽しめる佐藤芳子さんによる秋の特別おはなし会です。ブラックパネルシアターも登場します。

定員：20組程度

場所：体験学習室

申込：9月16日(水)～

☆パパと自然と遊ぼう

10月10日(土)10:30～11:30

秋の公園にパパと出かけます。

講師：中安敬子さん
(NPO法人マザーツリー自然学校)

対象：1歳半以上の
歩けるお子さんとパパ

定員：8組程度

場所：高齢者医療センター
横の芝生広場

申込：9月19日(土)～



☆リフレクソロジー

10月13日(火)10:30～

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
(みずベママ)

定員：3名(お一人20分)

申込：9月22日(火)と

23日(水)の2日間

※抽選です

☆ようこそみずべ

10月27日(火)11:00～

初めてみずべを利用する方の為のお時間です。

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：10月6日(火)～



☆わらべうた

10月28日(水)10:30～11:00

ふれあい遊びを通じ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：10月7日(水)～

あかちゃんひろば

10月29日(木)14:00～15:30

～8か月までのお子さんと保護者に向けてお部屋を開放しています。みずベスタッフの見守りや気軽な子育て相談もできます。ぜひ遊びにきてくださいね！

※予約不要です。





南砂みずべ 10月プログラム

☎…電話予約

☆…ネット予約

月	火	水	木	金	土
 イラスト by まめさん			1 ☎ 助産師さんの 個別相談 14:00～	2	3
5 相談室 ひろばお休み	6 ☎ 助産師さんの 身体ほぐし 10:15～	7 ☆秋の特別 おはなし会 11:00～	8	9 ☎ 家族相談 13:30～	10 ☆パパと 自然と遊ぼう 10:30～11:30
12 祝日のため お休み	13 ☆リフレク ソロジー 10:30～	14 おはなし会 11:00～	15	16	17 ☎ 発達相談 13:30～
19 相談室 ひろばお休み	20	21 おはなし会 14:30～	22	23	24 ありがとう!20周年!! AM おまつりひろば PM 笑顔のひろば
26 相談室 ひろばお休み	27 ☆ようこそみずべ 11:00～	28 ☆わらべうた 10:30～11:00	29 あかちゃんひろば 14:00～15:30	30	31 うたい隊活動日 10:00～

出張ひろば

☆砂町子育てひろば

- ①10/1 ②10/15 木曜日10:00～11:30
 ・申込:①9/17 ②10/1 10:00～
 ・場所:砂町区民館(北砂4-7-3)
 ・定員:8組程度

☆亀高子育てひろば

- ①10/8 ②10/22 木曜日10:00～11:30
 ・申込:①9/24 ②10/8 10:00～
 ・場所:亀高地区集会所(北砂6丁目亀高公園内)
 ・定員:10組程度



※ネット予約制のひろばです。

東砂から場所が変更になりました。

《講座参加 申し込み方法》

☎ 印のプログラムは、事前に電話にて予約が必要です。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。
 親子手帳アプリ「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。→



おやこ手帳アプリ



App Store
からダウンロード



Google Play
でダウンロード