



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. 10 月号

No. 298

どうした、どうした？

朝の通勤中の出来事でした。私は木場駅の地下鉄階段下から点滅した信号を見ながら、次に渡ろう…とと思っていましたが、先を歩く若い女性は横断歩道を小走りで渡って行くのが見えました。しかしどうしたわけか、途中で引き返してきたのです。その様子に気づいた信号待ちの男性が「どうかしましたか？」と声をかけた後、二人は赤信号になった横断歩道に顔を近づけ、腰をかがめて何かを探しているのです。どうやら若い女性は地面に何か大切なものを落としてしまったようでした。そこに年配の女性がやってきて私に「どうしたのですか？」と聞いてきたので「大切な何かを落としましたみたいですよ」と答えると、今度は三人で探し始めたところで、この年配の女性が発見！横断歩道の白い部分に同化していた…それは、薄いピンク色のワイヤレスイヤホンでした。その時、信号はタイミングよく青になり「みつかってよかったですね～」と言い合いながら、みんなで横断歩道を渡り、女性は「ありがとうございます」と小走りで去っていきました。とてもさわやかな一日の始まりでした。

私は、東陽みずべも、こんなところでありたいな…ひとりの困りごとをみんなで「どうした、どうした？」とあれこれ一緒に考え、「よかったね」とよろこびあえる…そんなみずべでありたいな…と感じたある朝の出来事でした。おしまい。 佐藤貴子

みずべ・つながるラボ（みずべ会議）

10/19（月）15:00～15:45 ひろばにて

みずべ・つながるラボが始まります！

月曜日に開催しますので、皆さんおしゃべりをしに来ませんか。

今回のテーマは、「私たちが今、本当にほしい“地域のリアル情報”ってなに？」です。

お子さんの保育はありませんが、ボランティアさんがお子さんの遊びを見守って下さいます。ご参加いただける方は、受付またはお電話でお知らせください。



☆原画展のお知らせ☆ 10/6(火)～10/20(火)

さとうよしこさんのパネルシアターを展示します。おたのしみに…♪

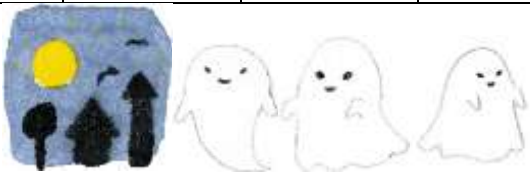


のびのび作業所フーズの美味しいクッキー販売／カフェタイム

10月9日(金)11時～12時／10月13日(火)14時45分～15時半



東陽みずべ 10月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1 深川出張ひろば 10:00～11:45	2 くまさんひろば(0歳) 14:00～16:00	3 ファミリー講座 11:00～12:00 ふたごちゃん ひろば 14:00～16:00
4	5 相談室 ひろばお休み すこやか マンデー 10:30～12:00	6 おはなし会 11:00～11:20	7 ママたちの おしゃべり会 10:15～11:45 わらべうた ①14:30②15:10	8 枝川子育てひろば 10:00～11:45 ゆる体操 14:00～15:00	9 くまさんひろば1・2・3! 10:30～11:30 のびのびクッキー販売 11:00～12:00	10 やってみよう 沐浴体験 10:00～11:45
11	12	13 のびのびカフェ 14:45～15:30	14 おうたであそぼう ①14:30②15:10	15	16 くまさんひろば(0歳) 14:00～16:00	17
18	19 相談室 ひろばお休み みずべ つながるラボ 15:00～15:45	20 特別おはなし会 11:00～11:20	21 ママたちの おしゃべり会 10:15～11:45	22	23 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	24
25	26 相談室 ひろばお休み	27 枝川出張ひろば 14:00～15:45	28	29	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

こども、家族、ご自身の悩みについての相談室です。

2日(金)、16日(金) 10:10～

○発達相談

お子さんの発達についての相談です。

17(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。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。

《WEB 受付》  のマークがあるプログラムは子育て支援アプリ・WEB からの申込となります。

<u>パパと遊ぼう！絵本の読み聞かせ&かんたん手遊び</u> 【先着】定員 30 組程度 講師：池田 浩久さん(パパライフサポート代表・4児の父) 日時：10/3(土)11:00～12:00 申込：9/5(土)10:00～ 対象：お子さんと保護者の方 ※お子さんに保育はつきません 	
<u>ゆる体操</u> 【先着】定員 8 組程度 妊婦さん(16 週以降)もぜひ。 講師：木切倉真澄さん 日時：10/8(木)14:00～15:00 申込：9/24(木)10:00～ ※お子さんはひろばで保育します 	<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：10/10(土)10:00～11:45 申込：9/12(土)10:00～ 対象：江東区在住の 22 週～36 週の妊婦さん・お父さん ※ママー人・パパー人でも OK 
<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なくて…という方に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や触れ合いワークがあります。 日時：10/23(金)14:00～14:45 申込：10/2(金)10:00～ 対象：生後 6 ヶ月までの赤ちゃんと保護者の方 	<u>自然と遊ぼう～落ち葉・木の実～</u> 【先着】定員 8 組程度 木場公園で自然遊びを体験してみませんか？ 講師：中安敬子さん 日時：11/6(金)10:30～11:30 申込：10/23(金)10:00～ 対象：おすわりできる ～よちよちのお子さんと保護者の方 持ち物や服装についてはアプリをご確認ください。 
<u>ふたごちゃんひろば スペシャル DAY</u> <u>おしゃべりカフェタイム</u> 【先着】定員 8 組程度 お茶を飲みながらお話しませんか。 日時：11/7(土)14:00～16:00 申込：10/3(土)10:00～ 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 	<u>夫婦パートナーシップ強化講座</u> 【先着】定員 8 組程度 講師：瀬川未佳さん(臨床心理士) 日時：11/21(土)14:00～15:30 申込：10/9(金)10:00～ 対象：江東区在住の妊婦さん・お父さん ※ご夫婦そろっていなくても OK です 

《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

<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、ひろばでゆつくり過ごせます。受付でも申込可能です。 日時：10/5(月)10:30～12:00 申込：随時	<u>赤ちゃんとおくるわの家族～はじめの一步～</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：11/10・17・24・12/1 日(火)14:15～15:45 申込：10/6(火)10:00～ ※先着順 対象：生後 2～5 か月(2026.5/11～2026.9/10 生まれ)の第 1 子の赤ちゃんとお母さん ※4 回連続講座です。
<u>ママたちのおしゃべり会</u> 10/7・21 開催ですが、受付は終了しています。	

《申込不要》

<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：10/7(水)①14:30～②15:10～	<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…10/2、16(金)14:00～16:00 0歳(6か月まで)…10/23(金)14:45～16:00 1・2・3！(1～3歳)…10/9(金)10:30～11:30	
<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：10/14(水)①14:30～②15:10～	<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：10/3(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	
<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：10/6(火)11:00～11:20	<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>特別おはなし会</u> 日時：10/20(火)11:00～11:20	<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。	
<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。 10/8(木)10:00～11:45 場所：枝川区民館 和室	<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。 10/27(火)14:00～15:45 場所：枝川区民館 和室	<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。 10/1(木)10:00～11:45 場所：深川スポーツセンター-和室

☆第43回江東区民まつり中央まつり

会場：都立木場公園

10/17(土)10/18(日)：多彩なプログラムを企画しています。ぜひご参加ください。

ひろばあれこれ

そうさんひろばの真ん中に室内遊具が仲間入りしました。坂をズリバイやハイハイで登り、小さな階段をお尻から降りる練習をしている子も。また坂から車のおもちゃを転がしてテチテチ歩いて追いかけて、また転がしてとよく遊んでくれている子もいます。

授乳室横の壁には貸出おもちゃの一覧を設置しました。受付にて貸出のため、「かしてくーだーさーい!」と元気な声を聞くと、スタッフも元気がもらえます。大きいお子さん向けに、カードゲームやボードゲームもあります。

小さい子も大きい子も安心して楽しく遊べるように環境を整えていくので、きょうだいでのお来所やお友達を誘い合わせてのお来所もお待ちしております♪(富樫)



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)

