

# 文花子育てひろば 4月号

この春ご入園、ご入学の皆様おめでとうございます。新しい生活はわくわくして楽しみも多いですが、初めての事、慣れない事も多く親子で疲れが出ると思います。そんな時はひろばに来て元気をチャージしてください。親子でほっと一息したり仲間と話して笑ったりする時間が大切な時ですよ。ひろばも新しい職員が入り新生活が始まります。受付に慣れない職員がいると思いますがよろしく願いいたします。予定表の巻頭言も今回で最後になりました。

一方的ですが8年間色々なメッセージをお伝えできて楽しかったです。ありがとうございました。(星野 操)



## 子育て相談

ひろば相談 9:30~17:30(火曜日~日曜日)  
 メール相談 [bunka-soudan@unchusha.com](mailto:bunka-soudan@unchusha.com)  
 電話相談 9:00~18:00(火曜日~日曜日) 相談電話 : (03)3616-0393  
 子育て中のちょっとした悩みや疑問などいつでも気軽にお声掛けください。メール、電話相談もしています。



## 心理相談

4/18 (土)《毎月第3土曜日》  
 \* 10:00/11:00

子どもの成長や関わり、ご自身の心のもやもやなど不安を感じているママやパパ。心理士に個別相談ができます。

予約はTEL・ひろばで随時受付

## 栄養相談

4/17 (金)《毎月1回》\*10:00~11:30  
 日頃離乳食や幼児食で困っている・分からない事を、直接管理栄養士に相談できます。

■**離乳食の始め方** \*9:30~10:00 (要予約)  
 対象:これから離乳食を始める方。管理栄養士から話を聞くことができます。

4/3 から TEL・ひろばで予約が必要です。  
 \*受付時間 10:00~17:00 **4組(先着順)**

## 歯のお話と相談

《毎月第4火曜日》

4/28 (火)《毎月1回》\*10:00~

歯科医が、歯ブラシの選び方や正しい磨き方についてわかりやすくお話します。その後、個別相談の時間をご用意しています。歯が生え始めたばかりのお子さまでもご参加いただけます。

4/14 から TEL・ひろばで予約が必要です。  
 \*受付時間 10:00~17:00 **4組(先着順)**

## 助産師の個別相談

4/23 (木) 14:00~15:35

助産師さんにおっぱいや卒乳、体重や泣きについて相談できます。

4/9 から TEL・ひろばで予約が必要です。  
 \*受付時間 10:00~17:00 **4組(先着順)**

## ~なかまほいく~

\*5/19 (火)~7/7 (火)《全8回》 10:00~12:00  
 (5/19.26・6/2・9・16.23・30. 7/7)

子どもの預け合いを通じて、子育て中の仲間を作っていける連続8回の活動です。毎週同じメンバーで顔を合わせるので、親子共に仲良くなれます！  
 ご参加お待ちしております♪



\*親子8組(先着順)

\*対象: 6か月~3歳の子どもとその保護者 予約受付: 4/21(火)~受け付けます

## はじめのいっぽ・にほ

4月11日(土) 10:30~

4月22日(水) 14:30~

対象: 妊婦とそのパートナー  
 未就学の子どもとその保護者

ひろばにあそびにきませんか?  
 「行ってみたいけれど少し不安…」  
 「まだ慣れていないから大丈夫かな…」  
 みんな一緒なので大丈夫です!  
 施設やプログラムの紹介やふれあい



遊び、参加者同士の交流  
 タイムがあります。

## 一時預かり「ひととき保育」

対象: 生後6か月~小学校就学前まで  
 (登録は5か月~)

※新規登録・預かり利用予約は  
 WEB予約のみです。ひととき  
 パンフレットをご確認の上、  
 WEB登録をお願いします。

(ひとときパンフレット)



## 文花子育てひろば利用方法

ご利用時間 : 火曜日~日曜日 9:30~17:30 (予約不要でご利用できます)

休館日 : 月曜日・年末年始・祝祭日

(※日曜日と祝祭日が重なった場合は開館します)

対象年齢 : 妊娠中~就学前のお子さんと保護者があそべます。



## ひろばの飲食について

多目的室で持参した食事を食べることができます。

おひるの時間: 11:00~13:00

おやつ時間: 15:00~15:30

住所: 東京都墨田区文花1-20-7 TEL: 03-5630-6027

指定管理者: 社会福祉法人雲柱社



# 4月の予定表

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3 おうたであそぼう 10:30頃～	4	5
6 休館	7 すくすく 10:00～11:00	8 すくすく 10:00～11:00	9 バビトレヨガ 10:30～11:00	10 すくすく 14:00～15:00	11 はじめの いっぽ・にほ 10:30～  お誕生日会 15:30～16:00	12 おもちゃ ドクター 10:00～11:30
13 休館	14	15	16 すくすく 14:00～15:00	17 栄養相談 10:00～11:30	18 心理相談 10:00～12:00 おうたであそぼう 15:30頃～	19
20 休館	21	22 バビーマッサージ 10:30～11:30	23 お誕生日会 10:30～11:00	24	25	26
		はじめの いっぽ・にほ 14:30～	助産師 個別相談 14:00～15:35			
27 休館	28 歯科相談 10:00～11:00	29 休館	30			

## 自由参加のプログラム

予約は不要です。いつものひろばで参加することができます。

## 予約が必要なプログラム

TEL …開催日 2週間前 10:00～17:00 開催日まで

受付期間内に電話でお申込みください。(03-5630-6027)

WEB …開催日 2週間前 9:00～開催日 1週間前 18:00

① QRコード又は下記URLにアクセスする。必要事項を記入して申し込む。

<https://logoform.jp/form/DnDq/Bunka-KosodateHiroba-Portal01>

② 締め切りの後に当落のメール「[bunka-kosodate2@unchusha.com](mailto:bunka-kosodate2@unchusha.com)」が送られてくる(各自受信設定をして下さい。)



講座名	内容	対象	日時	場所	定員	予約
身体ストレッチ	筋膜リリースや、ストレッチをします。	7か月までの子どものママ	今月はお休みです 次回5月21日(木) 10:00～11:00	2階 イベント ルーム	4組	WEB
バビーマッサージ	育児の悩みに合わせてマッサージをします。	首がすわった頃の子どものママ	22日(水) 10:30～11:30	2階 イベント ルーム	8組	WEB

ボディケア	助産師さんが身体の痛みのケアをしてくれます。※妊娠中の方は参加できません。	0歳～未就学の子どもと保護者	今月はお休みです 次回5月20日(水) 10:00～ 奇数月開催	2階 イベント ルーム	4組	TEL
お誕生日会	お誕生月のお子さんをお祝いします。	お誕生月の子どもと保護者	11日(土) 15:30～16:00 23日(木) 10:30～11:00	ひろば	なし	TEL
おもちゃドクター	お家で壊れたおもちゃをドクターが直してくれます。	0歳～未就学の子どもと保護者	12日(日) 10:00～11:30	ひろば	3組	TEL

はじめの いっぽ・にほ	みんなでふれあい遊びやおしゃべりをしてスタッフと一緒にひろばデビューしませんか？	妊婦とそのパートナー/ 未就学の子どもと保護者	11日(土) 10:30～ 22日(水) 14:30～	ひろば	なし	予約 不要
すくすくタイム	身長・体重を計測し、お子さんの成長についてお話しできます。	0歳～未就学の子どもと保護者	7日(火)・8日(水) 10:00～11:00 9日(木)・10日(金) 14:00～15:00	ひろば	なし	予約 不要
バビトレヨガ	赤ちゃんとママと一緒に身体を動かします	0歳～未就学の子どもと保護者	9日(木) 10:30～11:30	ひろば	なし	予約 不要
おうたであそぼう	わらべうたやふれあいあそびをみんなで楽しもう！	0歳～未就学の子どもと保護者	3日(金)10:30頃～ 18日(土)15:30頃～	ひろば	なし	予約 不要
出張ひろば	『すみなか』でおしゃべりをしたり、情報交換をして過ごすことができます。	0歳～未就学の子どもと保護者	今月はお休みです 次回5月22日(金) 10:00～11:30 奇数月開催	すみだ 共生 社会推進 センター 2階	なし	予約 不要
産後ママの ボディメンテナンス	骨格を意識して骨盤の歪みなど産後の不調を改善します。	0歳～未就学の子どもと保護者	しばらくお休みします	ひろば	なし	予約 不要