

豊島区立東部子ども家庭支援センター とわむ3月号

アクセスマップ



東部
子ども家庭支援センター



TEL 5980-5275 FAX 3576-6240
Eメール A0019800@city.toshima.lg.jp

SDGs未来都市としま



Instagram



@TOSHIMA_TOWAMU_OFFICIAL

X (旧Twitter)



@TkkscT

豊島区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

＜センター利用時のお願い＞

- バスタオルなど、ねんね用の敷物をお持ちください。
- お子さんが所属している園等が休園やクラス閉鎖になっている場合はセンター利用をお控をいただきますようお願いいたします。

センター便りは、豊島区ホームページからもご覧いただけます。

お知らせ

ランチタイム11:30～13:00、おやつタイム15:00～15:30 所定の場所にてランチ・おやつを食べることができます。

※講座や保育等によっては時間が変更になります。変更日は下記カレンダーの日付横についているマークをご覧ください。

日	月	火	水	木	金	土
講座や保育等により、ひろば(奥の部屋)を ★の日は午前中全面、▲の日は午前中半面、◆の日は午後全面 ご利用いただけません					1	2★ ～主役はパパ!～ おうちでできる 産後ママの体のケア
3	4★ 巡回子育て発達 相談員講座	5▲ ベビーマッサージ	6★ ママズ・カフェ ウエルカム赤ちゃん	7★ 親子ハッピーヨガ	8	9
10	11 ママアロマ	12▲ ベビーマッサージ	13★ ママズ・カフェ ウエルカム赤ちゃん おはなしもんたん 相談日(岩本)	14★ 0歳児講座 相談日(耕田)	15	16
17	18	19★ ひよこの会① 相談日(杉山)	20 休館 (春分の日)	21★ ひよこの会②	22 相談日(五十嵐)	23
24 31	25	26	27★ ウエルカム赤ちゃん +ピラティス	28	29	30

家庭と育児の専門相談

13:30～14:30、14:30～15:30の1時間制です。

13日(水) 岩本 礼子 臨床心理士・公認心理師
14日(木) 耕田 昭子 社会福祉士・精神保健福祉士
19日(火) 杉山 佳子 社会福祉士
22日(金) 五十嵐 元子 臨床心理士・公認心理師

子どもと家庭の相談

家庭・育児の疑問や質問、お悩みなど、
些細なことも遠慮なく、ご相談ください。
基本はひろば職員が対応しますが、
必要に応じて専門の先生をご紹介しますことができます。
月～金 9:00～18:00/土 9:00～17:00

子ども発達相談

心理職の職員が発達に関する
ご相談をお受けします。
詳細は☎にて問い合わせください。

育児支援ヘルパー(家事・育児の支援)

家事・育児のお手伝いをします。
対象：妊娠中から2歳未満のお子さんがあるご家庭
※ひとり親家庭等は小学校修了まで
〈利用方法〉ご利用の方は事前の登録が必要です。
※担当者がご自宅に伺い、登録手続きを行います。

母子モアプリでのご予約



下記講座のご予約は母子モアプリで受付いたします。

受付開始日は10:00～、以降24時間受付いたします。キャンセルも24時間受付しています。

★センター講座のご予約は、基本的に母子モアプリで受付をしています。ぜひダウンロードをお願いします。



ダウンロードは
こちらから！

講座名(講師/担当)	内容	日時	対象	予約	保育
ひよこの会 (センター職員)	①びよびよ：センター職員による手遊び・絵本読み聞かせと、保護者のトークタイムです。 ご希望により身長体重測定いたします。 ②こっこ：1歳のお誕生日をお祝いしましょう。 手型・足型スタンプをおとりします。 対象 ①4か月～6か月ごろ ②11か月～12か月ごろ 持ち物 バスタオル ※①②各1回の参加となります。	3月開催 ①3月19日(火)10:15～11:00 ②3月21日(木)10:15～10:45	区内	要予約 ①10組 ②8組	なし
ベビーマッサージ (タッチケア講師 若鍋 幸美氏)	マッサージを通して、親子の楽しいひとときを過ごしましょう。 対象 3か月～6か月までのお子さん 持ち物 バスタオル、初参加の方はスマイルカード ※初来館の方は10:00にお越しください。	4月18日(木)10:15～11:15 申込 3/18(月)10:00～	区内	要予約 6組	なし
ママズ・カフェ (センター職員)	赤ちゃんを迎えたお母さん同士お茶やお菓子とともに、ゆったりトークを楽しんでください。 ※カード1枚につき1回の参加となります。 対象 スマイルカードをお持ちの1か月～3か月の赤ちゃんとお母さん ※兄弟の同席不可 持ち物 赤ちゃんを寝かせる大きさのバスタオル、スマイルカード	4月12日(金)14:00～14:45 申込 3/12(火)10:00～	区内	要予約 5組	なし
主役はパパ！ おうちでできる 産後ママの体のケア (理学療法士 森川 直己氏)	産後ママに対して、一番近くにいる“パパができるケア”について、実践を交えてお伝えします。 対象 3か月～6か月までのお子さんご夫婦 ※パパのみ参加、子連れいずれも参加可(同席)	3月2日(土)10:30～11:30	区内	要予約 10組	なし
親子ハッピーヨガ (健康運動指導士 宮本 貴子氏)	親子で一緒に身体を動かしてリフレッシュしましょう！ 対象 6か月～1歳0か月までのお子さんとお母さん 持ち物 バスタオル、水分、動きやすい服装(スカート不可)	3月7日(木)10:15～11:00	区内	要予約 10組	なし
0歳児講座 「あそびで育つ 赤ちゃんのからだ」 (理学療法士 中原 規予氏)	理学療法士による、赤ちゃんの発達についてのお話です。 ずりばい・はいはいなどのからだの動き、ひととの関わりでおきるこころの動きについてお話しいたします。 対象 6か月～12か月未満のお子さんと保護者 ※兄弟・姉妹児の保育はありません。 持ち物 バスタオル・水分	3月14日(木)10:15～11:45 ※2回目参加の方の予約は、 3/7(木)10:00の時点で空きがあれば お申込できます。	区内	要予約 親子 10組	なし
自主グループ 企画	ママアロマ (飛鷹 美里氏)	お好みの香りで、空間や衣類 マスクなどに使えるアロマスプレーを作ります。 簡単に短時間で作れますのでお子さまと一緒にでも安心してご参加いただけます。 参加費100円	4月8日(月)①14:00～ ②14:30～ 申込 3/8(金)10:00～	要予約 各4組	

お電話・窓口でのご予約

下記講座のご予約はお電話または窓口で受け付けます。 ※受付開始日以降も、毎日10:00からの受付となります。講座をキャンセルする場合はご連絡ください。

講座名(講師/担当)	内容	日時	対象	予約	保育
ウエルカム赤ちゃん (センター職員)	プレママとご家族へセンターや豊島区の子育てサービスをご案内します。 ※第二子以降の方はご相談ください。 対象 第一子妊娠中の方とご家族	6日(水) 10:15～11:15 13日(水) 10:15～11:15 申込 通年受付中	区内	要予約 2組	なし
ウエルカム赤ちゃん +ピラティス (大塚 知美氏)	マタニティピラティス(30分程度)とコラボしたウエルカム赤ちゃんです。 対象 原則妊娠週数16週～35週の第一子を妊娠されている方 持ち物 フェイスタオル、水分 ※担当の医師へ参加の確認をお願いします。 ※ご家族の方の同室はご遠慮ください。	27日(水)10:00～11:30 申込 通年受付中	区内	要予約 5名	なし

ボランティア企画 (予約不要)

おはなしもたん	一緒にお話を聞いたり、歌ったりしましょう。0歳から参加できます。	13日(水)11:00～11:20	予約不要
---------	----------------------------------	-------------------	------