

豊島区立東部子ども家庭支援センター とわむ7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



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

豊島区は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

Instagram



@TOSHIMA_TOWAMU_OFFICIAL

X (旧Twitter)



@Tkksct

<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えいただけ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
		1	2★ 岩本講座 相談日(岩本)	3★ 親子ハッピーヨガ	4◆ ママズ・カフェ ウエルカム赤ちゃん	5
6	7	8	9 おはなしもんたん	10	11	12
13 Mother's Tree Japan	14▲ ベビーマッサージ ママアロマ	15◆ 救命救急講座	16▲ ベビーマッサージ よみきかせ	17 相談日(耕田)	18◆ ママズ・カフェ ウエルカム赤ちゃん	19
20	21 休館日(海の日)	22	23 マタニティーピラティ ス★	24	25 相談日(五十嵐)	26
27	28	29	30★ ひよこの会①	31★ ひよこの会②		

専門相談員講座「お母さんのためのやさしい心理学講座」 (専門相談員 岩本 礼子氏)

7月2日(水)10:00～11:30 申込受付中

まじめに一生懸命子育てしているママ。それゆえに生まれる悩み、不安、イライラ
…子育てサバイバルを乗り切る秘策、一緒に考えてみませんか？

対象 1歳0か月～2歳11か月までのお子さんとお母さん

保育 10名(6か月～3歳未満)

定員15組 ※母子モアアプリにて予約できます。

救命救急講座「家庭での事故や病気への対応」 (看護師 木村 知子氏)

7月15日(火)14:00～15:00 申込受付中

突然の発熱、嘔吐、ちょっと目を離した際の事故…

子育て中に心配事はつきものです。もしもの時にあわてないための対応を

区立保育園の看護師さんがお話くださいます。(親子同席可)

定員 10組 保育なし ※母子モアアプリにて予約できます。

家庭と育児の専門相談 (13:30～14:30、14:30～15:30の1時間制 ※要予約)

区民ひろばおでかけ相談

2日(水)	岩本 礼子	臨床心理士・公認心理師	子育て上の悩み・家族との葛藤・対人関係の悩みなど	センターの職員が区民ひろばに伺い、相談をお受けします。 子育てのことをお気軽にご相談ください。 11日(金) 区民ひろば上池袋 10:30～11:30 16日(水) 区民ひろば池袋 11:10～12:00 18日(金) 区民ひろば高南第一 10:30～12:00
17日(木)	耕田 昭子	社会福祉士・精神保健福祉士	家族関係の悩みや人生設計に関して	
25日(金)	五十嵐 元子	臨床心理士・公認心理師	子育て期の問題・子どもの発達と心の相談	

子ども発達相談

子どもと家庭の相談

育児支援ヘルパー(家事・育児の支援)

心理職の職員が発達に関するご相談をお受けします。 詳細は電話にて問い合わせください。	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。 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	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。 ※ご自宅に伺い、登録手続きを行います。
---	---	---



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。

※当日のキャンセルや空き状況の確認などはお電話にてご確認ください。



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ごっこ 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～13か月ごろ 持ち物 バスタオル ※①②お子さん1人につき各1回の参加となります。	①7月30日(水)10:30～11:15 申込 6/30(月)10:00～ ②7月31日(木)10:30～11:15 申込 7/1(火)10:00～	区内	要予約 ①10組 ②8組	なし	
ベビーマッサージ (若鍋 幸美氏 横田 千春氏)	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。 ※2名の講師を合わせて、東部子ども家庭支援センターでの参加は1回限りです。 対象 3か月～6か月までのお子さん 持ち物 バスタオル、スマイルカード ※初来館の方は利用申請が必要のため10:00にお越しください。	●横田氏 7月14日(月)10:15～11:15 申込 受付中 ●若鍋氏 7月16日(水)10:15～11:15 申込 受付中	区内	要予約 6組	なし	
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。 ※絵本のプレゼントあり。※予約が満席の場合はお問合せください。 対象 第一子妊娠中の方とご家族 ※第二子以降の方はご相談ください。	7月4日(金)、7月18日(金)14:00～15:00 申込 随時受付	区内	要予約 2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。※スマイルカード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	7月4日(金)14:00～14:45 申込 受付中 7月18日(金)14:00～14:45 申込 受付中	区内	要予約 5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～12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)	7月3日(木)10:30～11:15 申込 受付中	区内	要予約 10組	なし	
マタニティーピラティス	ピラティスを通してリフレッシュしませんか。 対象 原則として妊娠週数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。運動を制限されている方はご遠慮ください。 ※ご家族の方の同室はご遠慮ください。 ※ピラティスは30分程度です。絵本のプレゼントは、ありません。	7月23日(水)10:00～11:00 申込 随時受付	区内	要予約 10組	なし	
巡回子育て発達相談員講座 「小学校入学に向けて 幼児期に知っておきたい 5つのこと」 (巡回子育て相談員 鈴木 弦氏)	小学校入学にあたり、今からできる準備や心がまえを具体的に紹介。講義やワークを通して、小学校生活で困った時やつまずいたときの解決方法を事前に学びます。 対象 2019年4月2日～2022年4月1日生まれのお子さんがある方 保育 6名(6か月～未就学児) ※6ヶ月以下のお子さんと同長のお子さんどちらもいらっしゃるご家庭は、電話にて、6ヶ月以下のお子さんの保育を受け付けます(先着順)。	6月26日(木)10:00～11:30 申込 受付中	区内	要予約 10名	あり	
<p>≪保育付き講座ご参加(保育ありをご希望)の方へ≫ 持ち物 紙オムツ、おしりふき、ビニール袋、バスタオル、飲み物、着替え一組 ※授乳は事前に済ませておいてください。 ※講座開始10分前に保育室への入室をお願いします。</p>						
自主グループ 企画	ママアロマ (飛鷹 美里氏)	簡単なカウンセリングをさせて頂き、ご体調やお好みの香りでお肌や空間・衣類に使えるアロマスプレーを作ります。 ※保育はつきませんがお子さまも一緒にご参加いただけます。 参加費：100円	7月14日(月)①14:00②14:15③14:30④14:45 申込 受付中	区内	要予約 各1組	なし

お電話・窓口でのご予約

※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。

自主グループ 企画	Mother's Tree Japan 外国人ママのためのプログラム	外国人ママのための母親サロン 陣痛についてと入院準備について学びましょう。日本語も勉強できます。パパも一緒に参加できます。予約してください。通訳サポートあり。	13日(日) 14:00～15:30 申込 通年受付中	要予約 10名
--------------	---------------------------------------	---	--------------------------------	------------

予約不要：ボランティア企画

おはなしもんたん	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。	9日(水)11:00～11:20	予約不要
よみきかせ	「りぷりんと・としま」によるお話の会。0歳から参加できます。	16日(水)14:30～14:50	予約不要