

豊島区立東部子ども家庭支援センター とわむ4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

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、豊島区のホームページからご覧いただけます。

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に変更になります。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 相談日(岩本)	3	4	5
6	7	8	9 おはなしもんたん	10	11◆ ママズ・カフェ ウェルカム赤ちゃん	12
13	14 ママアロマ	15 相談日(杉山)	16▲ ベビーマッサージ よみきかせ	17 相談日(耕田)	18▲ ベビーマッサージ 相談日(五十嵐)	19
20 Mother's Tree Japan	21	22★ 親子ピラティス	23	24	25	26
27	28★ ひよこの会①	29 休館日 (昭和の日)	30★ ひよこの会②	講座や保育等により、ひろば(奥の広いお部屋)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		

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。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 区内在住の4か月~11か月未満のお子さんと保護者

※初回の方限定

定員 親子10組 妊婦さん2名

持ち物 赤ちゃんが寝られる大きさのバスタオル

保育 なし ※兄弟・姉妹児の保育はありません。

日時 5月22日(木) 10:15~11:45

申込 4/22(火)10:00~ ご予約は母子モアプで受付。

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、相談をお受けしています。 4月の開催はありません。 ご相談は直接子ども家庭支援センターにお気軽にご連絡下さい。
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	
15日(火)	杉山 佳子	社会福祉士	問題の整理・家族関係の悩み・人間関係の悩み・人生設計に関して	
18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☎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。 ※担当者がご自宅に伺い、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にて受付いたします。アプリのダウンロードをお願いします。
 受付開始日は10:00から、以降24時間受付いたします。アプリでのキャンセルは開催前日18時まで。
 ※講座当日のキャンセル・空き状況はお電話にてお問合せください。空きがありましたらご参加いただけます。



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ここ：1才の誕生日をお祝いしましょう。手型足型スタンプをお取りします。※参加は①②各1回となります。 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	①4月28日(月)10:30～11:15 申込：3/28(金)10:00～ ②4月30日(水)10:30～11:15 申込：3/30(日)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ご参加は1回です。 対象 3～6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、利用申請が必要なため、10:00にお越しください。	●横田氏 4月16日(水) ●若鍋氏 4月18日(金) 各日10:15～11:15 ●横田氏 5月12日(月)10:15～11:15 申込：4/12(土)10:00～ ●若鍋氏 5月21日(水)10:15～11:15 申込：4/21(月)10:00～	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。	①4月11日(金)14:00～15:00 ②5月16日(金)14:00～15:00 申込：通年受付中 ※5月11日(日)開催のマタニティピラティスは10月5日(日)へ延期となりました。	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 ※兄妹の同席不可。 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	①4月11日(金)14:00～14:45 申込：受付中 ②5月1日(木)14:00～14:45 申込：4/1(火)10:00～	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)	5月9日(金)10:15～11:00 申込：4/9(水)10:00～	区内	要予約 10組	なし
親子ピラティス (久保田 朱沙氏)	腰痛・肩こり、出産による骨盤の歪みをピラティスで和らげませんか? ※1名のお子さまにつき、2回までご参加いただけます。 ※妊娠中の方はご遠慮ください。 対象 6か月～12か月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)	4月22日(火)10:15～11:00 申込：受付中	区内	要予約 10組	なし
ノーバディーズ・パーフェクト① 完璧な親なんていない (センター職員)	参加者同士で話をしながら、子育ての方法や自分自身について考えていきましょう。 対象 1歳から3歳未満のお子さんを持つお母さんでプログラム初参加の方。*全6回参加できる方。 保育 10名(6か月～未就学児)※同席不可 ※応募者多数の場合は抽選のうえ、5/2(金)までに応募の方全員へ電話連絡いたします。	<全月曜日> 5月12日、19日、26日、 6月2日、9日、16日 13:00～15:00 申込：4/28(月)18:00まで	区内	要予約 10名	あり 10名
親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた! (センター職員)	4回連続講座です。育児の喜びや困りごとをママ同士で話をしながら、赤ちゃんとの関わり方を学び、親子の絆を深めます。 対象 生後2～5か月の第一子の赤ちゃんとお母さん。 *原則4回参加できる方。*母子同室です。 ※応募者多数の場合は抽選のうえ、5/1(木)までに応募の方全員へ電話連絡いたします。	<全火曜日> 5月13日、20日、27日、6月3日 10:00～12:00 申込：4/13(日)10:00～ 4/23(水)18:00まで	区内	要予約 10組	なし
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。 ※保育は付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	4月14日(月)①14:00/②14:15 ③14:30/④14:45 申込：受付中	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。おっぱいマッサージと母乳相談会 妊婦さんも赤ちゃんのいるママも参加できます。予約をしてください。 通訳サポートあり。	20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	「りぶりんと・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