

豊島区立東部子ども家庭支援センター とわむ5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

<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
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				1◆ ママズ・カフェ ウェルカム赤ちゃん	2	3 休館日 (憲法記念日)
4	5 休館日 (こどもの日)	6 休館日 (振替休日)	7	8	9★ 親子ハッピーヨガ 相談日(岩本)	10
11	12▲◆ ベビーマッサージ ママアロマ ノーバディーズ・ パーフェクト①	13★ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんが来た!①	14 おはなしもんたん	15 相談日(耕田)	16◆ ママズ・カフェ ウェルカム赤ちゃん	17
18 Mother's Tree Japan	19◆ ノーバディーズ・ パーフェクト②	20★ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんが来た!② 相談日(杉山)	21▲ ベビーマッサージ よみきかせ	22★ 0歳児講座(中原)	23 相談日(五十嵐)	24
25	26◆ ノーバディーズ・ パーフェクト③	27★ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんが来た!③	28	29★ ひよこの会①	30★ ひよこの会②	31

0歳児講座(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、
ひとつ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。

日時 5月22日(木) 10:15～11:45

定員 親子10組・妊婦3名

対象 4か月～11か月未満のお子さんと保護者、第一子妊娠中の方
申込 母子モアブリにて申込受付中

持ち物 赤ちゃんが寝られる大きさのバスタオル

※初回の方限定(妊娠中に参加された方は出産後にも参加できます。)

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	
9日(金)	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。 2日(金) 区民ひろば朝日 10:30～11:30 15日(木) 区民ひろば仰高 11:00～12:00	
15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		
20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		
23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いるご家庭 ※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。

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びびびよ 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～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。	①5月29日(木)10:30～11:15 申込 4/29(火)10:00～ ②5月30日(金)10:30～11:15 申込 4/30(水)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 5月12日(月)10:15～11:15 ●若鍋氏 5月21日(水)10:15～11:15 ----- ●横田氏 6月16日(月)10:15～11:15 申込 5/16(金)10:00～ ●若鍋氏 6月18日(水)10:15～11:15 申込 5/18(日)10:00～	区内	要予約 10組	なし
ウエルカム赤ちゃん (センター職員)	PLママトークと家族へセンターや豊島区の子育てサービスを案内します。 ※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。	5月1日(木)、5月16日(金)14:00～15:00 6月6日(金)、6月26日(木)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 ※兄弟姉の同席不可 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	5月 1日(木)14:00～14:45 5月16日(金)14:00～14:45 6月6日(金)14:00～14:45 申込 5/6(火)10:00～ 6月26日(木)14:00～14:45 申込 5/26(月)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 受付中	区内	要予約 10組	なし
親子ピラティス (大塚 知美氏)	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)	6月10日(火) 10:30～11:15 申込 5/10(土)10:00～	区内	要予約 10組	なし
親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんが来た！」 (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。	5月13日、20日、27日、6月3日 申込 終了	区内	要予約 10組	なし
ノーバディーズ パーフェクト ～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月28日(月)18:00まで受付	区内	要予約 10組	あり 10名
ママトーク・パパトーク (センター職員)	ひとり親のママ・パパのおはなしひろば 対象 ひとり親の方 保育 7名(7か月～未就学児) ※7か月未満は同席	6月22日(日) 10:30～11:30 申込 5/22(木)10:00～	区内	要予約 10組	あり 7名
絵本講座「子育てに絵本を ～赤ちゃんからの読み聞かせ～ (講師：JPIC読書アドバイザー 児玉ひろ美氏)	親子のコミュニケーションを深め、楽しい子育てのミカタとなる絵本の読み聞かせについてのお話です。 対象 10か月～2歳未満の子どがいる方 定員 12名(保育8名、対象は6か月～未就学児) ※6か月未満は同席	6月5日(木) 13:30～15:30 申込 5/5(月)10:00～	区内	要予約 12組	あり 8名
スマイル講座 「女性のこころとからだ」 (精神科医師 松井 康絵氏)	女性のこころとからだの変化について、理解するための講座です。自身のからだを知ってゆったり育児を楽しみましょう。 対象 ・1歳7か月未満のお子さんがいる保護者 ・原則第一子を妊娠中の方 保育 10名(6か月～1歳7か月未満) ※5か月未満は同席です。 ※参加は東西子ども家庭支援センター合わせてお子さん一人につき1回です。 保育ありをご希望の方 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。	6月23日(月) 14:00～15:30 申込 5/23(金)10:00～	区内	要予約 12名	あり 10名

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と一緒にご参加いただけます。 参加費：100円	5月12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	18日(日)「外国人妊婦さん・子育てママのための母親サロン」 助産師から赤ちゃんの発達を学びましょう。通訳あり。無料。	18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

おはなしもんとん	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。	14日(水)11:00～11:20	予約不要
よみきかせ	「りびりと・としま」によるお話の会。0歳から参加できます。	21日(水)14:30～15:00	予約不要