

豊島区立東部子ども家庭支援センター

とわむ7月号

SDGs未来都市としま



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

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

アクセスマップ



- センターへは、豊島区ホームページからもご覧いただけます。
- バススタオルなど、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きますようお願いいたします。
- 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★ 岩本講座 相談日(岩本)	2◆ ママズ・カフェ ウエルカム赤ちゃん	3★ 親子ハッピーヨガ	4
5	6	7★ 親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんが来た!」①	8 もんたん	9	10◆ 救命救急講座	11
12 Mother's Tree Japan	13▲ ベビーマッサージ	14★ 親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんが来た!」②	15▲ ベビーマッサージ よみきかせ	16 相談日(耕田)	17◆ ママズ・カフェ ウエルカム赤ちゃん	18
19	20 休館日(海の日)	21★ 親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんが来た!」③	22★ マタニティピラティス	23	24 相談日(五十嵐)	25
26 ママトーク・パパトーク	27	28★ 親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんが来た!」④	29 弁護士個別相談	30★ ひよこの会①	31★ ひよこの会②	

巡回子育て発達相談員講座

「イヤイヤ期対応」ペアレント・トレーニング入門(巡回子育て発達相談員 福地 敏美氏・城間 彩花氏)

普段の育児にペアレント・トレーニングのエッセンスを少しだけ加えて、イヤイヤ期を乗り越えて行きましょう。

日時 9月1日(火)、9月14日(月)10:00~11:15

対象 1歳0か月~3歳6か月までのお子さんの保護者

定員 10名 保育 8名(6か月~未就学児まで) 持ち物 筆記用具

※保育は1家庭1名までです。保育なしは同席不可となります。

申込 7月14日(火)10:00~8月14日(金)18:00まで

※全2回参加できる方

※応募者多数の場合は抽選のうえ、8/28(金)までに応募の方全員へ電話連絡いたします。

※9:40~9:50の間に保育室への入室をお願いします。

※保育希望の方の持ち物は裏面をご参照ください。

家庭と育児の専門相談 (13:30~14:30、14:30~15:30の一時間制 ※要予約)

区民ひろばおでかけ相談

1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
16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
24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

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。

8日(水)	区民ひろば南池袋	11:00~12:00
16日(木)	区民ひろば要	10:30~11:30
17日(金)	区民ひろば目白	10:30~11:30
21日(火)	区民ひろば上池袋	10:30~11:30
22日(水)	区民ひろば南大塚	10:30~11:30
27日(月)	区民ひろばさくら第二	10:30~11:30

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。
 原則受付開始日の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。
 ※講座は「ボランティア企画」のみ豊島区外の方でもご参加いただけます。
 ※対象年齢外の方のお申し込みはお断りさせていただく場合がございますのでご了承下さい。
※講座保育は1家庭1名までです。



ダウンロードは
こちらから！



講座名(講師/担当)	内容	日時	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	①7月30(木)10:30～11:15 申込 6/30(火)10:00～ ②7月31(金)10:30～11:15 申込 7/1(水)10:00～	要予約 ①10組 ②8組	なし
ハッピーマッサージ (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。 対象 3か月～6か月ごろのお子さん 持ち物 バスタオル、スマイルカード ※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。 ※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13日(月)10:15～11:15 申込 受付中 ●若鍋氏 7月15日(水)10:15～11:15 申込 受付中	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。 対象 第一子妊娠中の方ご家族 ※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。 ※第二子以降の方はご相談ください。	7月2日(木)、17日(金) 14:00～15:00 申込 随時受付	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。 対象 スマイルカードをお持ちの1か月～3か月ごろの赤ちゃんとお母さん 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 ※兄弟の同席不可 ※スマイルカード1枚につき1回の参加となります。	7月2日(木)、17日(金) 14:00～14:45 申込 受付中	要予約 5組	なし
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)	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… 子育てで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) ※9:40～9:50までに保育室への入室をお願いします。	7月1日(水)10:00～11:30 申込 受付中	要予約 15組	あり 10名
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か月ごろ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(金)10:30～11:15 申込 受付中	要予約 10組	なし
救命救急講座 「家庭での事故や 病気の対応」 (看護師 木村 知子氏)	突然の発熱、嘔吐、ちょっと目を話した際の事故… 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下さいます。(親子同席可) 対象 区内在住で就学前のお子さんを育てている方	7月10日(金)14:00～15:00 申込 受付中	要予約 10組	なし
マタニティピラティス (大塚 知美氏)	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22日(水)10:00～11:00 申込 随時受付	要予約 10組	なし
ママトーク・パパトーク	ひとり親のママ・パパのはなしひろばです。 対象 区内在住のひとり親の方 保育 7名(7か月～小学3年生まで) ※7か月未満は同席	7月26日(月)10:00～11:00 申込 受付中	要予約 10組	あり 7名
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。 ※母子同室です。 ※応募者多数の場合は抽選のうえ、6/25(木)までに応募の方全員へ電話連絡いたします。	全火曜日 7月7日・14日・21日・28日 10:00～12:00 申込 受付終了	要予約 10組	なし
弁護士・個別相談 (弁護士 大沼 宗範氏)	日常生活、子育て、パートナーとの関係等でお困りのことはございませんか。 弁護士が法律の観点からアドバイスを差し上げます。 対象 豊島区で妊娠時から18歳未満の子育て中の家庭 ※相談中、お子さんはお預かりします。 ※ご予約受付時に伺ったご相談希望内容によっては、ご相談をお受けできない場合があります。その場合は事前にご連絡いたします。	7月29日(水)15:00～16:00 申込 6月29日(月)10:00～ 7月22日(水)の18:00まで	要予約 1組	あり 1名
<<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。				

お電話・窓口でのご予約

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。「沐浴と赤ちゃんのお世話」優しい助産師と一緒に赤ちゃんのお世話の仕方を一緒に勉強しましょう。通訳あり。	7月12日(日) 14:00～15:30 申込 通年受付中	先着 10組
--------------	---------------------------------------	--	----------------------------------	-----------

予約不要：ボランティア企画

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。	7月8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。	7月15日(水)14:30～14:50	予約不要