

豊島区立東部子ども家庭支援センター

とわむ8月号

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

X (旧Twitter)



アクセスマップ



豊島区は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

@TOSHIMA_TOWAMU_OFFICIAL

@TkkscT



- 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。
 - バスアオルなど、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。

おしらせ

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5 相談日(岩本)	6	7	8
9	10	11 休館日 (山の日)	12 もんだん	13	14	15
16	17	18	19 よみきかせ	20	21	22
23 30	24 31	25	26	27	28 相談日(五十嵐)	29

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。

「専門家が伝授！子育て応援動画のご案内」
(明治安田こころの健康財団 制作・提供)

パパ・ママの「困った」にそと寄り添い、笑顔と安心と届ける「子育て応援動画」

子育て応援動画はラインナップがたくさん！子ども家庭支援センターのホームページをご覧ください。

こちらのQRコードから→



配信期間はR8.7/25～R9.3/31までです。

パパの応援講座 kind happy creation 小田 俊一氏

お子さんの成長に合わせた遊びの紹介とトークタイムの講座です。お子さんの成長に合わせたあそびを紹介します。

(第1部) 親子でのふれあいタイム お子さんの成長に合わせた遊びを紹介します。

(第2部) パパ同士のトークタイム 子育てに関わる情報を交換しましょう。

対象 1歳7か月未満のお子さんとお父さん 定員 10名

日時 9月26日(土)10:00～12:00 申込 8月26日(水)12:00～母子モアアプリにて

※保育なしの講座です。※初参加の方限定 ※動きやすい服装でご参加ください。

※飲み物(白湯・麦茶など)をご持参ください。

専門相談員講座「心と言葉をはぐくむ遊びとは」
(専門相談員 五十嵐 元子氏)

親子一緒に遊びを体験しながら、

子どもの心と言葉の発達を促す秘訣をお伝えします。(お子さんと同席)

対象 1歳3か月～2歳6か月のお子さんを育てているお母さん

日時 9月25日(金) 10:30～11:45 定員 10組

申込 8月25日(火)10:00～母子モアアプリにて ※保育なしの講座です。

ノーバディーズ・パーフェクト(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。

日時 9月30日、10月7日、14日、21日、28日、11月4日<全水曜日> 13:00～15:00

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。

定員 10組 保育 10名(6か月～未就学児) ※同席不可※全6回参加できる方。

申込 9月18日(金)18:00まで ※応募者多数の場合は抽選の上、9月25日(金)

までに応募の方全員へ電話連絡いたします。

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

5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。
28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	

6日(木) 区民ひろば椎名町 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。

※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。

※対象月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
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。 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。	●若鍋氏 9月17日(木)10:15～11:15 申込 8/17(月)10:00～ ●横田氏 9月18日(金)10:15～11:15 申込 8/18(火)10:00～	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 第一子妊娠中の方とご家族 ※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。	9月4日(金)、24日(木)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 ※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。 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	9月4日(金) 14:00～14:45 申込 8/4(火)10:00～ 9月24日(木) 14:00～14:45 申込 8/24(月)10:00～	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か月ごろ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）	9月11日(金)10:30～11:15 申込 8/11(火)10:00～	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。	9月5日(土)10:00～11:00 申込 随時受付	要予約 10組	なし
スマイル講座 「子育てで 大切にしたいこと」 (親と子どもの臨床支援セン ター代表理事 臨床心理士・公認心理士/ 帆足 暁子氏)	子どもの育ちで大切なこと、安心して子どもを育てることが出来る自分のための講座です。 対象 1歳7か月未満のおさんがいる保護者 保育 10名（6か月～1歳7か月未満）※5か月以下は同席です。 ※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。 ※13:40～13:50の間に保育室への入室をお願いします。	9月10日(木)14:00～15:30 申込 8/10(月)10:00～	要予約 12名	あり 10名
サロンドババ (センター職員)	お茶を飲みながら、ババ同士ならではの情報や関心ごとを話しましょう。 対象 プレババと生後1～6か月の赤ちゃんを育てているババ ※赤ちゃんと一緒ににお越し下さい。 持ち物 バスタオル	9月6日(日)14:00～14:45 申込 8/6(木)12:00～	要予約 5組	なし
ママトーク・ババトーク ～ひとり親のママ・ババ のおはなしひろば～	ひとり親のママ・ババのおはなしひろばです。 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	9月13日(日)13:30～14:30 申込 8/13(金)10:00～	要予約 10組	あり 7名
弁護士・個別相談 (弁護士 横山 友子氏)	日常生活、子育て、パートナーとの関係など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 豊島区で妊娠期から18歳未満の子育て中の家庭 ※相談中、お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。	9月14日(月) 15:00～16:00 申込 8/14(金)10:00～ 9/7日(月) 18:00	要予約 1組	あり 1名
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。 対象 1歳0か月～3歳6か月までのお子さんの保護者 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。 ※9:40～9:50の間に保育室への入室をお願いします。 ※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月1日(火)、9月14日(月) 10:00～11:15 ※全2回参加できる方 申込 7/14日(火)10:00～ 8/14日(金) 18:00	要予約 10名	あり 8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。		

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。参加費：300円 ※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。	9月4日(金) ①10:00②10:15③10:30④10:45 申込 8/4(火)10:00～	要予約 各1組	なし
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。	8月はお休みです。	要予約 10名	なし

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。	8月12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。	8月19日(水)14:30～14:50	予約不要	