

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

お知らせ

- 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。
- 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
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	2
3	4	5	6 相談日(岩本)	7	8	9
10	11 休館日 (山の日)	12	13 おはなしもたん おはなし隊	14	15	16
17	18	19	20 よみきかせ おはなし隊	21	22 相談日(五十嵐)	23
24 31	25	26	27 おはなし隊	28	29	30

本とあそぼう・全国訪問おはなし隊(講談社90周年記念事業)

読み聞かせの楽しい時間の中で子どもたちと本とのたくさんの出会いの場をつくるために、「おはなし隊」は全国の都道府県をまわっています。1999年7月にスタートし、これまで幼稚園、保育所、小学校や図書館、書店など全国約2万4000ヶ所を訪問してきました。今回はとわむに登場です。お楽しみに！

日時 8月13日、20日、27日(全水曜日) 15:30～16:00 ※予約は不要です。

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

6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相談ください。 ★8月のお出かけ相談はお休みです。
22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。

※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。



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。 ※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 9月19日(金)10:15～11:15 申込 8/19(火)10:00～ ●若鍋氏 9月18日(木)10:15～11:15 申込 8/18(月)10:00～	要予約 6組	なし
ウエルカム赤ちゃん (センター職員)	プレママとご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。	9月5日(金)、19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。※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	9月 5日(金)14:00～14:45 申込 8/5(火)10:00～ 9月19日(金)14:00～14:45 申込 8/19(火)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)	9月12日(金) 10:30～11:15 ※時間を訂正しました 申込 8/12(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)	※内容を訂正しました。 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6日(土) 10:00～11:00 ※時間を訂正しました 申込 随時受付	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。 *母子同室です。 ※応募者多数の場合は抽選のうえ、8/20(水)までに応募の方全員へ電話連絡いたします。	<全火曜日> 9月3日、10日、17日、24日 10:00～12:00 申込 8/3(日)10:00～8/13(水)18:00まで	要予約 10組	なし
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。 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、9/11(木)までに応募の方全員へ電話連絡いたします。	<全木曜日> 9月18日、25日 10月2日、9日、16日、23日 13:00～15:00 申込 受付中～9/4(木)18:00まで	要予約 10組	あり 10名
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／ 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か月未満のお子さんがいる保護者 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。 〈保育ありをご希望の方〉 持ち物 紙おむつ、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。	9月11日(木)14:00～15:30 申込 8/11(月)10:00～	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も一緒にご参加いただけます。 参加費：100円	9月8日(月) ①14:00 / ②14:15 ③14:30 / ④14:45 申込 8/8(金)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。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。	9月21日(日) 14:00～15:30 申込：通年受付中	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。	13日(水)11:00～11:20	予約不要	
よみきかせ	「りぷりん」としよによるお話の会。0歳から参加できます。	20日(水)14:30～14:50	予約不要	