

# とむとむ3月号



SDGs未来都市豊島区



豊島区は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。



Instagram  
skksc.tomtom



X  
skksc



西部子ども家庭  
支援センター  
Webサイト



母子モ  
アプリ



当センター  
への地図

豊島区千早4-6-14 TEL：03-5966-3131  
E-mail：[A0019902@city.toshima.lg.jp](mailto:A0019902@city.toshima.lg.jp)

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るほか、公式InstagramやXにて情報を配信しております。ぜひご活用ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ミッフィータイム♠	3 芸術家と子どもたち♠	4 たまごタイム	5 パオパオ相談♠	6 発達ちよこつと相談 (藍田心理) ♠	7
8	9 専門相談 (竹澤心理)	10 ベビーマッサージ♠	11 ひまわり	12 あそんで相談 (富士見台)	13★ 離乳食講習会♠ 助産師相談	14
15	16 専門相談 (竹澤心理)	17 うりんぼう	18 ママズ・カフェ♠ たまごタイム	19 あそんで相談 (朝日)	20 春分の日 休館日	21
22	23	24 ウエルカム赤ちゃん	25	26 産後ヨガ♠	27	28
29	30	31	♠印は事業の為、広場の半分を仕切ります。 ★13日は離乳食講習会のため、ランチタイムのお部屋の提供は12時からとなります。			

## 親子遊び広場とお庭の利用について

- ・利用時間10:00～17:00
- ・初回利用の方は、広場の登録が必要です。
- ・くつを入れる袋をお持ちください。
- ・ひろばのランチ・おやつタイム  
 «ランチタイム» 11:30～13:00  
 «おやつタイム» 15:00～15:30
- ※授乳・水分補給は随時可能です。
- ★広場事業によって時間変更や、お部屋の準備ができない場合があります。
- ★お子さんが所属している園等が休園、閉鎖になっている場合は、センター利用をお控えください。

## 区民ひろば あそんで相談

就学前のお子さんで、ことばが遅い、かんしゃくを起こす、落ち着きがないなど、子育てで気になることや心配なことを区民ひろばでお子さんを遊ばせながらお話を伺います。

相談スタッフ：

- 子ども家庭支援ワーカー・心理職
- ◆3月12日(木) 区民ひろば富士見台
- ◆3月19日(木) 区民ひろば朝日
- 相談時間：10:00～11:30  
(受付は11:15まで)

## 産後ヨガリフレッシュ

未経験の方でも無理なく体を動かしていただけるプログラムです。



- 【講師】田川 瑞貴氏
- 【日時】3月26日(木)10:30～11:15  
受付10:20
- 【対象】首がすわっていて未歩行の8か月迄の赤ちゃんとお母さん
- 【定員】区内8組
- 【申込】2月26日(木)10:00～  
母子モアプリにて

☆動きやすい服装で参加して下さい。  
☆水分補給のための飲み物をお持ち下さい。

## 一時保育の利用について

母子手帳アプリ『母子モ』で一時保育の予約ができます。  
※一時保育利用は事前登録が必要です。  
東西子ども家庭支援センターや一時保育を行っている区立保育園で登録できます。登録後に予約ができます。  
母子モアプリでは祝日も24時間、Web予約ができます。窓口・電話は朝10:00から受け付けています。予約締切は、Web・窓口ともに前日の18:00までとなります。(土日の窓口・電話は17:00まで)  
当センターの一時保育を初回利用の方は、電話・窓口よりご予約下さい。  
スマイルカード利用の方は当日朝までにお申し出ください。

## 育児支援ヘルパー

育児または家事のお手伝いをします。  
利用には事前登録が必要です。

- 【対象】区内在住で2歳未満のおさんのおご家庭(出産前でもご利用いただけます)
- 【日時】8時～19時(12/29～1/3を除く)
- 【時間】おさんひとり70時間まで
- 【料金】1時間900円

※初回の予約は1週間前までに東西子ども家庭支援センターへお問い合わせください。  
原則1週間前までの予約ですが、休日が連続する場合は1週間以上お時間をいただきます。

## フットワークバス

東西子ども家庭支援センターと周辺の駅などのバス停を結んで運行する無料バスです。  
各センターを利用するおさんとその保護者の方が利用できます。  
予約は1か月前から前日17時まで(平日のみ)西部子ども家庭支援センターでお受けします。

〈予約・問い合わせ〉  
西部子ども家庭支援センター  
電話：03-5966-3131



## 母子モアプリでのご予約

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。

講座	内容	日時	対象	申込
ミッフィータイム	<内容>ふれあい遊びや懇談会を行います。 <対象>1～12か月の赤ちゃんとお母さん ・ご希望の方は身体測定をします。 ・お誕生月には手形を取れます。 ☆手形をご希望の方は10:00～10:30の間にご来館ください。	3月2日(月) 10:30～11:15	区内 10組	受付中
		4月7日(火) 10:30～11:15		3月6日(金) 10:00～
ママズ・カフェ	お母さん同士で交流しながら、ゆったりとした時間をお過ごしください。 <対象>スマイルカードをお持ちの1～3か月の赤ちゃんとお母さん <持ち物>スマイルカード ☆カード1枚につき1回のご参加となります。	3月18日(水) 10:30～11:15	区内 8組	随時受付中
		4月15日(水) 10:30～11:15		
ベビーマッサージ	<対象>3～6か月の赤ちゃんとお母さん <持ち物>バスタオルとマッサージオイル (使用したことがあるもの) 【講師】横田 千春氏 ☆初参加の方はスマイルカードをお持ち下さい。	3月10日(火) 14:00～14:45 受付13:50	区内 10組	受付中
		4月14日(火) 14:00～14:45 受付13:50		3月14日(土) 10:00～
ウエルカム 赤ちゃん	<対象>第一子を妊娠中の方とご家族 ☆初めての参加者には絵本のプレゼントがあります。	3月24日(火) 13:30～14:15	区内 7組	随時受付中
ボランティア プログラム 産後ヨガ	未経験の方でも無理なく体を動かしていただけるプログラムです。 <対象>首がすわっていて未歩行の8か月までの赤ちゃんとお母さん <持ち物>飲み物、動きやすい服装 【講師】田川 瑞貴氏	3月26日(木) 10:30～11:15 受付 10:20	区内 8組	2月26日(木) 10:00～

## お電話・窓口でのご予約

下記講座のご予約はお電話または窓口で受付いたします。講座をキャンセルされる場合はご連絡ください。

講座	内容	日時	対象	申込
♪♪ <お父さんの発達や子育てについて、心配や不安がある方はご相談ください> ♪♪				
パオパオ相談	言葉が遅い・かんしゃくを起こすなど子育てで困っていることや 座位・ハイハイ・歩行など体の成長発達で心配なことなど、 お子さんを遊ばせながら相談ができます。 ★相談スタッフ★子ども家庭支援ワーカー/心理職/理学療法士	3月5日(木) 10:00～11:30	区内	受付中
		4月9日(木) 10:00～11:30		3月9日(月) 10:00～
発達ちょこっと 相談	お子さんの成長や発達について、気になることや心配なことを遊び ながら相談できます。心理士が対応します。	3月6日(金) 14:00～	区内	受付中
		4月10日(金) 14:00～		3月10日(火) 10:00～
助産師相談	産前産後の体のこと、赤ちゃんの哺乳のことなど助産師に 相談できます。電話での相談もできます。	3月13日(金) 13:30～15:00	区内	受付中
		4月17日(金) 13:30～15:00		3月17日(火) 10:00～
竹澤 綾 心理相談	子育て・家庭に関する相談をお受けします。 電話での相談もできます。	3月9日(月) 9:30～15:30	区内	受付中
		3月16日(月) 9:30～11:30		

## ＜ボランティアによるプログラム＞

ひまわり	わらべうたや絵本の読み聞かせを楽しみましょう。	3月11日(水) 11:00～11:20	区内外	予約不要
------	-------------------------	----------------------	-----	------

## ありがとう！うりんぼうさん最終回

長い間センターで読み聞かせを続けて下さったうりんぼうさんの最終回です！読み聞かせのほかに、ゲストによる歌や楽器の楽しい演奏もあります。ぜひご参加ください！！

【日時】3月17日(火) 10:50～11:20

【場所】2階親子遊び広場

【対象】区内外どなたでもご参加いただけます。

【申込】予約不要



## パパス・カフェ

豊島区で子育てをしてきた先輩パパ達と一緒に、パパなりの子育てを楽しむ方法や悩み事などを、パパ同士で自由にトークする会です。ぜひご参加ください。

【日時】4月26日(日) 10:30～11:15

【場所】2階一時保育室

【講師】としまファザーズ・ネットワーク

【対象】区内在住で1か月～3歳未満の赤ちゃんとお父さん

【定員】8組

【申込】3月26日(木) 12:00～ 母子モアプリにて

