

# 文花子育てひろば

1  
月号



新年あけましておめでとうございます  
今年もよろしくお願いいたします



昨年末に発表された「今年の漢字」は「金」でしたね。東京オリンピックの影響が大きかったと思いますが、本当の国民投票の1位は「耐」だったそうです。昨年はコロナ禍で色々我慢する事の多い1年でしたものね。新しい変異株がじわじわと増えていますが、今までの体験をもとに賢く対応して感染を押さえ、今年こそ子ども達にとってキラキラ輝くような楽しい1年にしたいですね。マスクをして疲れた表情の大人に困まれた記憶が、夏祭りや花火大会、ハロウィンやクリスマスのパーティーなど親子で楽しい思い出の記憶に塗り替えられるような1年になる事を強く願っています。

ひろばは今月も午前中は15組の予約制、午後は予約なしの自由来館を続けます。皆様のご利用しやすい時間帯にいらしてください。午後の時間は久しぶりの利用の方が増え、懐かしい顔が見られて嬉しいです。少しずつ元のひろばに戻ってきています。今年もひろばが皆さんにとって楽しく安心して過ごせる居場所でありますように努めていきます。  
(星野 操)

## ひとときにつき

ひととき保育で初めて会ったAちゃんとBくん。お互いのことが気になりながらも距離があった2人でしたが、時間とともに少しずつ距離が縮まり、保育者の「手を繋いでみたら？」の一言がきっかけで、顔を見合わせにっここでお買い物ごっこが始まりました。

おそろいのバッグを持ち、おしゃべりしながら手を繋いで歩く姿に職員全員ほっこりした、ひととき時間となりました。



要予約



抽選制

プログラム・個別相談の電話予約方法

- ① 要予約・抽選制プログラム、個別相談は開催日2週間前から事前電話予約が必要となります。\*受付時間 14:00~17:30



\*1月のおすすめプログラム\*

\*各プログラムの持ち物については、ひろばホームページをご確認ください



ベビトレヨガ



抽選制

- \*1/12 (水)《毎月第2水曜日》
  - \*10:30~11:15 5組
  - \*対象: 首のすわった頃から
  - \*受付期間: 12/22 (水)~1/6 (木)
- 心と身体のバランスが崩れやすい産後のケアや体質改善はもちろんのこと、お子さんと一緒に楽しみながら身体を動かせるプログラムです。



産後ピラティス



抽選制

- \*1/18 (火)《毎月第3火曜日》
  - \*10:30~11:15 5組
  - \*対象: 0歳児のお母さん(産後2ヶ月~)
  - \*受付期間: 1/4 (火)~11 (火)
- 身体を動かして骨盤の歪み矯正などをして産後の不調を改善しましょう。動きやすい服装でご参加ください。



助産師さんの  
グループ懇談会



要予約

- \*1/20 (木)《年3回 火または木曜日》
  - \*14:00~15:00 6組(先着順)
  - \*予約受付: 1/6 (木)より受け付けます
- 小さな赤ちゃんを抱えたママ達が少人数で助産師さんを囲んで語り合う場です。赤ちゃんの健康(授乳・離乳食・便秘・機嫌・夜泣き)やお母さんの健康など気になることをグループで一緒にお話しませんか。



おもちゃドクター



要予約

- \*1/16 (日)《今月のみ第3日曜日》
  - \*10:00~11:30 4組(先着順)
  - \*予約受付: 1/4 (火)より受け付けます
- ※詳しくはひろばのホームページをご確認ください  
おもちゃドクターの石黒さんと秋元さんが、お子さんの壊れてしまったおもちゃをボランティアで修理してくれます。



リズム遊び



抽選制

- \*1/20 (木)《毎月第3木曜日》
  - \*11:00~ 6組
  - \*対象: 歩けるようになった頃から
  - \*受付期間: 1/6 (木)~13 (木)
- 親子で音楽に合わせて体を動かしたり触れ合ったりします。リズム遊びは音と触れ合いながらママとのスキンシップを大切に心が安定する楽しい時間です。



ベビーマッサージ



抽選制

- \*1/26 (水)《毎月第4水曜日》
  - \*10:30~ 6組 \*14:30~ 6組
  - \*受付期間: 1/12 (水)~19 (水)
- ベビーマッサージを通じてお母さんと赤ちゃんがゆったりと触れ合い、スキンシップを楽しめるよう、講師の先生がマッサージの仕方を教えてください。

# 1月の予定表

| 月                                                                                 | 火                                                     | 水                                     | 木                                                           | 金                                                                                                                                                                     | 土                     | 日                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------|
|                                                                                   |                                                       |                                       |                                                             |                                                                                                                                                                       | 1<br>休館日              | 2                              |
| ◎のついているプログラムは予約制または抽選制です。<br>※プログラムの予約は開催日 2 週間前から電話(14:00～17:30)で受け付けます          |                                                       |                                       |                                                             | *一時預かり「ひととき保育」の利用には事前登録が必要です<br>■登録日・時間 毎週木曜日 10～12 時、14～16 時<br>※登録面接は予約制となります(お電話は火～土曜日(祝日除く) 9:30～17:00 の間にひととき保育専用 TEL : 03-6661-8177 にご連絡ください) ◎詳細はホームページをご覧ください |                       |                                |
| 今後の新型コロナウイルス感染状況により、開催予定のプログラム及び個別相談は、<br>中止・変更になる可能性があります。詳細は随時ホームページにてお知らせ致します。 |                                                       |                                       |                                                             |                                                                                                                                                                       |                       |                                |
| 3<br>休館日                                                                          | 4                                                     | 5                                     | 6                                                           | 7                                                                                                                                                                     | 8                     | 9                              |
| 10<br>休館日                                                                         | 11<br>すくすくタイム<br>*10:30～<br>*身長・体重の計測ができます。 ※要ひろば利用予約 | 12<br>◎ベビトレヨガ<br>10:30～11:15          | 13                                                          | 14                                                                                                                                                                    | 15<br>◎心理相談<br>13:00～ | 16<br>◎おもちゃドクター<br>10:00～11:30 |
| 17<br>休館日                                                                         | 18<br>◎産後ピラティス<br>10:30～11:15                         | 19<br>◎栄養相談<br>10:00～11:30            | 20<br>◎リズム遊び<br>11:00～<br>◎助産師さんの<br>グループ懇談会<br>14:00～15:00 | 21                                                                                                                                                                    | 22                    | 23                             |
| 24<br>休館日                                                                         | 25                                                    | 26<br>◎ベビーマッサージ<br>*10:30～<br>*14:30～ | 27                                                          | 28                                                                                                                                                                    | 29                    | 30                             |
| 31                                                                                |                                                       |                                       |                                                             |                                                                                                                                                                       |                       |                                |

## 子育て相談

\* 9:30～17:00  
(電話相談: 9:00～18:00)

子育ての悩みや不安など、いつでもお電話又はひろばでスタッフに声を掛けて下さいね。一緒に考えていきましょう。

## 心理相談

《毎月第3土曜日》  
\* 13:00/14:00/15:00

子どもの育ちがよく分からず戸惑いが不安に変わっていくお母さんの悩みに対して専門家が個別に相談を受けます。

## 栄養相談

《毎月1回》  
\* 10:00～11:30

日頃離乳食や幼児食で困っている・分からない事を、直接栄養士さんに相談できます。

## 1月の子育てひろば利用予約方法

### ■午前(9:30～12:00)のひろば利用予約について

- ご希望日の前日に電話でご予約下さい。  
\*TEL:03-5630-6027 (9:30～17:30)
- 利用は1家族(未就学児の方のみ)  
1週間(火～日)に2回とさせていただきます
- 利用人数(15組)  
※利用人数によって調整をさせていただきます
- ひろばでの食事はできません

### ■午後(14:00～16:30)のひろば利用について

- 事前予約なくひろば利用ができます
- 午後の利用の回数制限はありません  
※未就学児の方のみ利用できます  
※混雑状況によりご利用をご遠慮頂く可能性がありますので、ご心配な方は来館前に確認のお電話をお願いします
- ひろばでおやつは食べられません

\*当日利用される方全員の体調チェックのうえご利用ください!

## 文花子育てひろば

文花子育てひろば  
HPはこちら



<https://fukushi.unchusha.com/bunka-kosodate/>



\*Eメール相談: [bunka-soudan@unchusha.com](mailto:bunka-soudan@unchusha.com)  
TEL: 03-5630-6027 相談 TEL: 03-3616-0393  
相談時間: 火曜日～日曜日 9:00～18:00  
住所: 東京都墨田区文花1-20-7  
指定管理者: 社会福祉法人雲柱社