

豊島区立東部子ども家庭支援センター とわむ5月号

アクセスマップ



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



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

Instagram



@TOSHIMA_TOWAMU_OFFICIAL

X (旧Twitter)



@TkkscT

<センター利用時のお願い>

- 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をいただきますようお願いいたします。

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。

お知らせ

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◆ ママズ・カフェ ウェルカム赤ちゃん	3 休館日	4 休館日
5	6 休館日	7▲ ベビーマッサージ	8 おはなしもたん 相談日(岩本)	9★ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!①	10★ 親子ハッピーヨガ	11
12★ マタニティピラティス	13 ママアロマ	14	15★ ベビーマッサージ よみきかせ	16★ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!②	17◆ ママズ・カフェ ウェルカム赤ちゃん	18
19 Mother's Tree Japan	20	21 相談日(杉山)	22◆ スマイル講座	23★ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!③ 相談日(耕田)	24 相談日(五十嵐)	25
26★ 父親講座第1回	27	28★ ひよこの会①	29★ ひよこの会②	30★ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!④	31	

ノーバディーズパーフェクト~完璧な親なんていない~

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

定員 10組

保育 10名(5か月~未就学児)※同席不可

日時 6/13、6/19、6/27、7/4、7/11、18日 木曜日(※6/19のみ水曜日)

13:00~15:00 *全6回参加できる方。

申込 4/30(火)10:00~5/30(木)18:00 申込が多い場合は抽選の上、6/6(木)までに応募者全員へ電話連絡いたします。

父親講座「父親であることを楽しもう!~仕事も育児も楽しむ生き方~」
(NPO法人ファザーリング・ジャパン代表/にっほん子ども・子育て応援団共同代表 安藤 哲也氏)

仕事も育児も両立しながら、笑っている父親になるための先輩パパによる講演会&グループワークです。

・第1回「パパは子どもたちのヒーロー」

・第2回「働き方と夫婦パートナーシップの改善」

対象 区内在住で子育て中のお父さん ※原則全2回参加できる方

定員 15名

日時 5/26(日)、6/2(日)10:15~11:45

申込 4/26(金)12:00~

家庭と育児の専門相談

13:30~14:30、14:30~15:30の1時間制です。

8日(水) 岩本 礼子 臨床心理士・公認心理師

21日(火) 杉山 佳子 社会福祉士

23日(木) 耕田 昭子 社会福祉士・精神保健福祉士

24日(金) 五十嵐 元子 臨床心理士・公認心理師

区民ひろばおでかけ相談

センターの職員が区民ひろばに行き、ご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。

子ども発達相談

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☎にて問い合わせください。

子どもと家庭の相談

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が、

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

育児支援ヘルパー(家事・育児の支援)

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。

※担当者がご自宅に伺い、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。



ダウンロードはこちらから！

講座名(講師/担当)	内容	日時	対象	予約	保育
ひよこの会 (センター職員)	①びよびよ 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歳のお誕生日をお祝いしましょう。手型・足型スタンプをおとりします。 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 ※①②各1回の参加となります。	①びよびよ 5月28日(火)10:15～11:00 申込 4/28(日) 10:00～ ②こっこ 5月29日(水)10:15～11:00 申込 4/29(月) 10:00～	区内	要予約 ①10組 ②8組	なし
ベビーマッサージ (タッチケア講師 若鍋 幸美氏) (ボディセラピスト 内田 ノブ子氏)	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、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、初参加の方はスマイルカード ※初来館の方は利用申請が必要なため10:00にお越しください。	●内田氏 5月 7日(火)10:15～11:15 ●若鍋氏 5月15日(水)10:15～11:15 ----- ●内田氏 6月4日(火)10:15～11:15 申込 5/4(土)10:00～ ●若鍋氏 6月13日(木)10:15～11:15 申込 5/13(月)10:00～	区内	要予約 6組	なし
マタニティピラティス (大塚 知美氏)	マタニティピラティスを通してリフレッシュしませんか。 東部センターがどんなところなのか知ることができますよ。 対象 原則妊娠週数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。※ご家族の方の同室はご遠慮ください。	5月12日(日)10:00～11:00 申込 随時受付	区内	要予約 10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。 ※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。	5月 2日(木)、5月17日(金) 14:00～15:00 ----- 6月 7日(金)、6月21日(金) 14:00～15:00 申込 随時受付	区内	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	5月2日(木)14:00～14:45 受付13:50～ 5月17日(金)14:00～14:45 受付13:50～ ----- 6月7日(金)14:00～14:45 受付13:50～ 申込 5/7(火)10:00～ 6月21日(金)14:00～14:45 受付13:50～ 申込 5/21(火)10:00～	区内	要予約 5組	なし
親子ピラティス (大塚 知美氏)	腰痛・肩こり、出産による骨盤の歪みをピラティスで和らげませんか？※妊娠中の方はご遠慮ください。 対象 6か月～12か月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)	6月14日(金)10:15～11:00 申込 5/14(火)10:00～	区内	要予約 10組	なし
巡回子育て発達相談員講座 小学校入学に向けて幼児期 に知っておきたい5つのこと (巡回子育て発達相談員 鈴木 弦氏)	小学校ってどんなところ？どんな生活になるの？学校生活で困ったらどうしたらいいの？小学校入学にあたり、今からできる準備や心がまえを具体的に紹介。講義やワークを通して、小学校生活で困った時やつまづいた時の解決方法を事前に学びます。 対象 2018年4月2日～2021年4月1日生まれのお子さんがいる方 保育 6名(5か月～未就学児)	6月5日(水)10:00～12:00 申込 5/5(日)10:00～	区内	要予約 10組	あり 6名
絵本講座 「子育てに絵本を～ 赤ちゃんからの読み聞かせ」 (講師：JPIC読書アドバイザー/児玉ひろ美氏)	親子のコミュニケーションを深め、楽しい子育てのミカタとなる絵本の読み聞かせについてのお話です。 対象 区内在住で10か月～2歳0か月の子どもがいる方 定員 12名(保育8名、対象は10か月～未就学児 ※4か月未満は同席)	6/6(木)13:30～15:30 申込 5/6(月) 10:00～	区内	要予約 12名	あり 8名
0歳児講座 「あそびで育つ 赤ちゃんのからだ」 (理学療法士 中原規予氏)	理学療法士による、赤ちゃんの発達についてのお話です。からだの動き、ひととの関わりでおきるころの動きについてお話しいたできます。 対象 4か月～11か月未満のお子さんと保護者 持ち物 赤ちゃんが寝られる大きさのバスタオル ※兄弟・姉妹児の保育はありません	6/18(火)10:15～11:45 申込 5/18(土) 10:00～	区内	要予約 ①親子 10組 ②妊婦 2名	なし
専門相談員講座 「働く前にみんなで一緒に 話してみよう」 (専門相談員 耕田 昭子氏)	働き始めるお母さん方で一緒にお話しませんか？グループワークを中心とした講座です。※お子さんとの同席不可 対象 6か月～3歳未満のお子さんとお母さん 保育 10名(6か月～未就学のお子さん) ※保育受付9:45～9:55です	6月20日(木)10:00～11:30 申込 5/20(月)10:00～	区内	要予約 12組	あり 10名
自主グループ 企画	ママアロマ (飛鷹 美里氏)	お好みの香りで、空間や衣類 マスクなどに使えるアロマスプレーを作ります。 簡単に短時間で作れますのでお子さまと一緒にでも安心してご参加いただけます。参加費100円	6月10日(月) 14:00～/14:30～ 申込 5/10(金)10:00～	要予約 各4組	

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け付けます。 ※受付開始日以降も、毎日10:00からの受付となります。講座をキャンセルする場合はご連絡ください。

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	「外国人妊婦さん・子育てママのための母親サロン 赤ちゃんの発達(はったつ)や、みまもるためのコツを学びましょう。 通訳あり。無料。	19日(日)10:00～11:30 申込 通年受付中	要予約 10名
--------------	---------------------------------------	---	-------------------------------	------------

予約不要：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。	15日(水) 14:30～15:00	予約不要