

# 豊島区立東部子ども家庭支援センター とわむ6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

&lt;センター利用時のお願い&gt;

- 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★ 第2回父親講座	3	4▲ ベビーマッサージ	5★ 巡回講座(鈴木)	6◆ 絵本講座(児玉)	7◆ ママズ・カフェ ウェルカム赤ちゃん	8
9	10 ママアロマ	11	12 おはなしもたん 相談日(岩本)	13▲◆ ベビーマッサージ ノーバディーズ・ パーフェクト①	14★ 親子ピラティス	15
16 Mother's Tree Japan	17	18★ 0歳児講座 相談日(杉山)	19◆ よみきかせ ノーバディーズ・ パーフェクト②	20★ 耕田講座(AM)	21◆ ママズ・カフェ ウェルカム赤ちゃん 相談日(五十嵐)	22
23 30 ママトーク・ パパトーク	24	25◆ 救命講座	26★ ひよこの会①	27◆ ノーバディーズ・ パーフェクト③	28★ ひよこの会②	29★ パパの応援講座 (小田)

### 救命救急講座「家庭での事故や病気への対応」 (看護師 木村 知子氏)

6月25日(火)14:00~15:00 申込 5/26(日)10:00~

突然の発熱、嘔吐、ちょっと目を離した際の事故・・・子育て中に心配事はつきものです。もしもの時にあわてないための対応を区立保育園の看護師さんがお話し下さいます。(親子同席可)  
定員10組 保育なし

### 専門相談員講座「お母さんのためのやさしい心理学講座」 (専門相談員 岩本 礼子氏)

7月10日(水)10:00~11:30 申込 6/10(月)10:00~

まじめに一生懸命子育てしているママ。それゆえに生まれる悩み、不安、イライラ・・・子育てサバイバルを乗り切る秘策、一緒に考えてみませんか？  
対象 1歳0か月~2歳11か月までのお子さんとお母さん  
定員15名 保育10名

### 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

12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	12日(水)区民ひろば南池袋 11:00~12:00
18日(火)	杉山 佳子	社会福祉士 精神保健福祉士	問題の整理・家族関係の悩み・人間関係の悩み・人生設計に関して	14日(金)区民ひろば目白 10:30~12:00
21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	17日(月)区民ひろば要 10:30~11:30
				21日(金)区民ひろば上池袋 10:30~11:30
				24日(月)区民ひろば仰高 11:00~12:00

### 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☎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。  
※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。	①5月28日(火)10:15～11:00 ②5月29日(水)10:15～11:00 ----- ①6月26日(水)10:15～11:00 申込 5/26(日)10:00～ ②6月28日(金)10:15～11:00 申込 5/28(火)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、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。	●内田氏 6月4日(火)10:15～11:15 ●若鍋氏 6月13日(木)10:15～11:15 ----- ●内田氏 7月2日(火)10:15～11:15 申込 6/2(日)10:00～ ●若鍋氏 7月11日(木)10:15～11:15 申込 6/11(火)10:00～	区内	要予約 6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？※対象となるお子さん1名につき2回までの参加となります。 ※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	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。	6月7日(金) 14:00～15:00 6月21日(金) 14:00～15:00 ----- 7月5日(金) 14:00～15:00 7月19日(金) 14:00～15:00 申込 通年受付中 マタニティピラティス 7月23日(火) 10:00～11:00 10組(絵本プレゼントはありません。)	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	6月7日(金)14:00～14:45 受付13:50～ 6月21日(金)14:00～14:45 受付13:50～ ----- 7月5日(金)14:00～14:45 受付13:50～ 申込 6/5(水)10:00～ 7月19日(金)14:00～14:45 受付13:50～ 申込 6/19(水)10:00～	区内	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)	7月3日(水)10:15～11:00 申込 6/3(月)10:00～	区内	要予約 10組	なし
パパの応援講座(kind happy creation 代表 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。 対象 1歳7か月未満のお子さんとお父さん 持ち物 飲み物(白湯・麦茶など) ※動きやすい服装でご参加ください。	6月29日(土)10:00～12:00 申込 5/29(水)12:00～ ※パパの応援講座の参加は東部・西部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。	区内	要予約 10名	なし
サロンのパパ	お茶を飲みながら、パパ同士ならではの情報や関心ごとを話しましょう。 対象 プレパパと生後1～3か月の赤ちゃんパパ。	7月21日(日) 14:00～14:45 申込 6/21(金)12:00～	区内	要予約 5名	なし
ママトーク・パパトーク	ひとり親のママ・パパのおはなしひろば 対象 ひとり親の方 保育 7名(7か月～未就学児) ※7か月未満は同席	6月30日(日) 10:30～11:30 申込 5/30(木)10:00～	区内	要予約 10名	あり
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ください。参加費100円	7月8日(月) 14:00～14:30～ 申込 6/8(土)10:00～	要予約 各4組	
	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 母乳相談会 母乳のこと、母乳マッサージを学びましょう。通訳あり。無料。	16日(日)10:00～11:30 申込 通年受付中	要予約 10名	
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。	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。	19日(水)14:30～15:00	予約不要	