

# 横浜子育てサポートシステム

## ～ 入会説明会 ～ 予約は事務局(二俣川)

- 二俣川 8月10日(木) 10:00~11:00 ひなたぼっこ
  - 二俣川 9月30日(土) 10:00~11:00 ひなたぼっこ
  - 鶴ヶ峰 8月30日(水) 10:00~11:00 ひなたぼっこ サテライト
  - 鶴ヶ峰 9月21日(木) 10:00~11:00 ひなたぼっこ サテライト
- (ご都合が合わない場合は、個別でもご説明いたします)

### \*\* 提供会員両方会員予定者研修会 開催します! \*\*

安心して活動していただけるよう、各区で行っている研修会です。旭区では、ひなたぼっこで次の日程を予定しています。受講手続きや内容など、ご興味のある方は早めにお問合せください。

①8/21(月) ②8/28(月) ③9/4(月)

横浜子育てサポートシステム 旭区支部事務局 (二俣川)

火～土曜日 10:00~17:00  
TEL:045-442-3038 FAX:045-442-3881



## ひなたぼっこサテライトの一時預かり

### 予約開始日

9月分 8月1日(火) 10:00~  
10月分 9月1日(金) 10:00~

1ヶ月最大利用8回のうち、2回分まで予約開始日に申込みできます

専任のスタッフが、サテライト内でお子さんをお預かりする事業です。利用希望の方は事前の登録・予約をお願いします。詳しくはHPまたは専用ダイヤルにお問合せください。



ひなたぼっこサテライト 一時預かり専用ダイヤル(鶴ヶ峰)  
045-752-8002

## ひなたぼっこの利用方法

- **利用カードは両館共通です**  
ひろばプログラムも、自由に選んで利用できます
- **開館時間は 10:00~16:00**  
両館共通です。水分補給はできますが、食事はできません
- **ひろばの利用は予約不要です**  
ひろばの混雑状況はHPでお知らせしています
- **プログラム・専門相談の予約方法**  
行事により予約開始日が違います  
予約は電話または各ひろばにて受付けています



一日を通して利用できるようになりました

二俣川 045-442-3886 鶴ヶ峰 045-752-8881

予約の際 利用日当日まで申し込みは可能ですが定員に達したら受付を終了させていただきます。なお、キャンセル待ちはできません。

## ひなたぼっこ通信 8月号

発行日: 2023年8月1日  
発行所: 旭区地域子育て支援拠点 ひなたぼっこ  
発行責任者: 中村 廣子

ひなたぼっこ・ひなたぼっこサテライト共通

開館時間 火曜日～土曜日 10:00~16:00

休館日 原則、毎週日曜・月曜・祝日  
(HPなどでご確認ください)

対象 就学前の子どものそとそ養育者、妊婦とその家族  
子育てを応援する方

利用料 無料 ※駐車場はありません

← ひなたぼっこホームページへはコチラからどうぞ

旭区地域子育て支援拠点は、旭区役所からの委託を受けて、特定非営利活動法人そとそだちえん・あさひが区との協働で運営しています。



## 絵本で遊ぼう

### 『おててがでたよ』

石林明子 / さく 福音館書店

あれあれあれ なんにもみえない  
おててはどこかな?

いっしょうけんめい服を着ようとして、ようやく手がぱっと出たとき、とてもうれしい気持ちになります。

おてて、あたま、おかお、あんよ、と服からひとつずつ出てくるようすが楽しく描かれています。「でたよ」と一緒にぜひお子さんのからだも触ってあげてください。



休館日やおはなし会などのイベントの情報は、横浜市立図書館ホームページや Twitter にてご確認ください。



図書館ホームページ  
トップページ

図書館 Twitter



★問い合わせ: 旭図書館 ☎ 953-1166

## あさひ

### レンチンとうもろこし肉団子

- ＜材料＞ 幼児2人+大人2人分
- 豚挽肉 ..... 240g
  - 塩コショウ ..... 少々
  - 玉ねぎ ..... 100g
  - 砂糖 ..... 小さじ1
  - 生姜 ..... ひとかけ
  - 片栗粉 ..... 大さじ3
  - 醤油 ..... 小さじ1
  - とうもろこし ..... 1本
  - 顆粒コンソメ ..... 小さじ2/3
  - 片栗粉 ..... 大さじ1

### ＜作り方＞

- ① 玉ねぎをみじん切りにする。生姜は擦り下ろす。
- ② ボウルに①、豚挽肉、醤油、コンソメ、砂糖、片栗粉を入れて混ぜる。12等分し、肉団子にする。
- ③ とうもろこしは実を包丁でそぎ落とし、片栗粉大さじ1をまぶす。
- ④ ②の周りに③を押し付けるようにし、全体にまぶす。
- ⑤ 耐熱皿に並べてふんわりラップをし、電子レンジ600Wで7~8分加熱する(中まで火が通っていない場合は、追加で加熱して下さい)

★とうもろこしのプチプチとした食感が楽しめます。見た目が菊の花のようにきれいなことから、「菊花蒸し」とも呼ばれます。生のとうもろこしが手に入らなければ、缶詰や冷凍のコーンで作ってもOK。

● 監修は、管理栄養士の富山彩さんです



ひなたぼっこの感染症対策については、HPでご案内しています  
妊婦さんや新生児も利用する施設ですのでスタッフはマスク着用を継続いたします。ご理解ご協力をお願いします



旭区地域子育て支援拠点

vol.162  
2023年  
8月号

# ひなたぼっこ通信

「ひなたぼっこ」は、妊婦さんや子育て中の親子、子育てを応援してくれる方と仲間になれる施設です

## 開催レポート

# サテライト一周年イベント!

コロナ禍から4年、ひなたぼっこは本拠点の周年行事もふくめ、このようなイベントをずっと見送ってきました。しかし! そのコロナも5月には5類に分類され、ようやく6月24日土曜日に大きなイベントを開催することができました。当日は地域の方もお祝いにお運びくださり、たくさん利用者さんと共に楽しい時間を過ごしました。— これまでの数年、世界中だれもがみんな、出口の分からないトンネルの中にいましたよね。やっと遠〜くに光が見えてきた『今から』 また一緒に明るく楽しい時間を始めましょう♪



スタッフによるお楽しみ「カエルのうた」は、りょうたさんも参加してくれました



スペシャルゲストのミツル&りょうたのおふたり。ギター演奏と歌、進行を務めるりょうたさんは、みんなを引きつけるテンポのよいトークで、会場の熱量をキープ! ミツルさんは実際にからだを動かして見せたり、出し物を披露したりなど、親子の遊びをリードします。

歌あそび『いかだにのって』は、「右! 左! 右! 右!」と急流下り。V字バランスで滝から落ち、緩やかな流れではゆらゆらと風に吹かれて、最後は海に出るという壮大なストーリー(笑) 『しりとり動物園』は、太眉の動物がつぎつぎ登場しました。赤ちゃんはギターの音色でスヤスヤ。大きいお子さんやパパママは、親子いっしょの時間を楽しんでくれました。

サテライトでたくさん遊んでおしゃべりして、楽しい時間を過ごしてくださいね

施設長あいさつ

## ひなたぼっこを飛び出して あさひを飛び出して 一緒に遊びましょ

そとそとあそび 予約不要 10:00~11:30

8月の活動は **お休み** です  
9月のそとそとあそびでは、特別メニュー『MY動物園をつくらうスタンプラリー』を用意しています! 公園に隠れている動物を集めてね♪

- 9月 6日(水) マイコンポ二俣川広場(私有地)
- 9月 8日(金) 笹野台二丁目公園
- 9月13日(水) 万騎が原公園
- 9月15日(金) 本村町第一公園
- 9月28日(木) 鶴ヶ峰公園

特別メニューへの参加は自由です。動物が集まったら、動物園オープンの「お祝いシール」をプレゼントしますよ。親子で、お友だちで、楽しく遊びましょう。

### 予告



そとそとあそび・出張ひろば共通です

出 出張ひろば 予約不要 10:00~11:30

ひなたぼっこへは少し距離のある親子のみなさん、ぜひ遊びに来てください!

毎月実施  
7プログラム

予約が不要になりました!  
直接会場にお越しください!

- 8月 4日(金) 左近山地域ケアプラザ
- 8月15日(火) 南まきが原自治会館(柏町113-1)
- 8月17日(木) 笹野台地域ケアプラザ

・詳細はチラシをご覧になるか、ひなたぼっこにお問合せください

共催: 左近山地域ケアプラザ 笹野台地域ケアプラザ 万騎が原地域ケアプラザ



日	月	火	水	木	金	土
30 休館日	31 休館日	1 専 管理栄養士相談 予約開始 10:00~ 8/15 助産師	2 専 コンシェルジュ相談	3	4 出 出張ひろば 左近山地域ケアプラザ	5
6 休館日	7 休館日 Babyマッサージ	8	9 赤ちゃんサロン 予約開始 10:00~ 8/23 公認心理師	10 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制	11 休館日	12 ぶれママ・ぶれパパ講座
13 休館日	14 休館日	15 出 出張ひろば 南まきが原自治会館 専 助産師相談	16	17 出 出張ひろば 笹野台地域ケアプラザ ミニ講座 生活リズム	18	19
20 休館日	21 休館日 子サポ提供会員 予定者研修①	22 予約開始 10:00~ 9/4 Babyマッサージ 9/5 管理栄養士	23 専 公認心理師相談	24	25 予約開始 10:00~ 9/8 公認心理師	26
27 休館日	28 休館日 子サポ提供会員 予定者研修②	29	おたんじょうび週間			30
			30 予約開始 10:00~ 9/13 赤ちゃんサロン	31	1 出 出張ひろば 左近山地域ケアプラザ	2

プログラムのある日も、ひろばは利用できます。諸事情によりプログラムが変更・中止になる場合は、ホームページでお知らせします。

相談したいな、ヒントが欲しいな...というあなたの子育てに寄り添います

専 専門相談員相談の日



要予約 開催日の2週間前が予約開始日となります

年間予定は、チラシまたはHPをご確認ください。相談は、予約の上当日先着順となります

	二俣川		鶴ヶ峰	
公認心理師	8月 23日(水) 10:00~11:30 各4組	9月 8日(金) 27日(水) 各4組	8月 3日(木) 17日(木) 10:00~11:30 各4組	9月 7日(木) 21日(木) 各4組
管理栄養士	8月 1日(火) 10:00~11:30 各8組	9月 5日(火) 各8組	8月 18日(金) 13:30~15:00 各8組	9月 15日(金) 各8組
助産師	8月 15日(火) 13:30~15:00 各8組	9月 26日(火) 各8組	8月 23日(水) 10:00~11:30 各8組	9月 27日(水) 各8組
保育・教育 コンシェルジュ	8月 2日(水) 10:00~11:30 各8組	9月 8日(金) 各8組	—	—
West 西部地域健康センター ソーシャルワーカー	—	—	—	—
保健師	—	—	—	—

横浜子育てパートナー

あなたの子育てのお話を聞かせてください  
一緒にお子さんの成長を見守っていきましょう  
桜色のカフェエプロンが目印です

二俣川 鶴ヶ峰 それぞれの拠点に  
横浜子育てパートナーがいますよ~

横浜子育てパートナーってどんな人?  
子育て期のいろいろな悩みごと、困りごとなどについて相談者に寄り添い、必要な情報を調べたり、適切な支援機関を紹介したりする相談専任スタッフです。

~ 相談しやすい方法で気軽にどうぞ ~

- ひろばで
- 専用電話で
- 出張相談で ★1
- メールで ★2

- ★1...親と子のつどいの広場、赤ちゃん教室など訪問しています
- ★2...ひなたぼっこHP内「なんでもトーク」で相談を受けています

● 横浜子育てパートナー  
子育て相談専用電話  
二俣川 045-489-6170  
鶴ヶ峰 045-752-8354  
(火~土曜日 10:00~16:00)



水あそび!

夏の期間、お天気などの条件がそろった日に、お庭で水あそびを行います!  
持ち物 着替え からだを拭くタオル 飲み物  
・体調の悪い時はご遠慮ください ・日焼け虫刺されなど気になる方はTシャツを着用してもらっても構いません ・おむつでも大丈夫です ・衛生上たらいの中には入れません ・おたんじょうび週間の午前中はお休みです



日	月	火	水	木	金	土
30 休館日	31 休館日	1 予約開始 10:00~ 8月分 一時預かり	2	3 ママの健康チェック 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 8/17 公認心理師	4 子サポ 10:00~13:00 予約開始 10:00~ 8/18 管理栄養士	5
6 休館日	7 休館日	8 子サポ 13:00~16:00 予約開始 10:00~ 8/22 Babyマッサージ	9 予約開始 10:00~ 8/23 助産師	10	11 休館日	12 予約開始 10:00~ 8/26 マタニティライフ パパ編
13 休館日	14 休館日	15 おたんじょうび会	16	17 専 公認心理師相談	18 専 管理栄養士相談	19 子サポ 10:00~13:00 予約開始 10:00~ 9/9 ぶれママ・ぶれパパ
20 休館日	21 休館日	22 Babyマッサージ	23 専 助産師相談	24 子サポ 13:00~16:00 予約開始 10:00~ 9/7 公認心理師	25 予約開始 10:00~ 9/8 コンシェルジュ	26 上の子と過ごす マタニティライフ-パパ編
27 休館日	28 休館日	29	30 子サポ 13:00~16:00 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制	31	1 予約開始 10:00~ 9/15 管理栄養士	2

プログラムのある日も、ひろばは利用できます。諸事情により、プログラムが変更・中止になる場合は、ホームページでお知らせします。

子サポ... 横浜子育てサポートシステムのコーディネーターがいる日、時間です。会員登録や利用に向けてのお話もできます。

ママの健康チェック 予約不要 鶴ヶ峰 8/3(木) 10:30~11:50

サテライトの研修室で、身長・体重・血圧・体脂肪・など測定できます。自宅でする運動の資料も配布します。お買い物ついでに、気軽にお立ち寄りください。

Baby マッサージ 二俣川 8/7(月) 10:30~11:30  
鶴ヶ峰 8/22(火) 10:30~11:30

予約受付: 二俣川 7月25日(火) 10:00~ 定員:10組  
鶴ヶ峰 8月8日(火) 10:00~ 定員:10組  
毎月実施プログラム

対象: 生後3ヶ月~11ヶ月の赤ちゃん親子  
参加費: 500円(オイル代・テキスト代として)



- ♥前日に予防接種を受けたお子は参加できません
- ♥ご兄弟を同伴される場合は、保護者の方が見守りをお願いします

赤ちゃんサロン 二俣川 8/9(水) 10:15~11:30

予約受付: 7月26日(水) 10:00~ 定員: 6組  
産後間もない特別な時間♥  
みなさんと気軽にお話をしてみませんか?  
対象: 生後1~4ヶ月の赤ちゃんをもつ親子さん  
※参加はお子さま一人につき1回までお願いいたします。



ぶれママ・ぶれパパ講座 二俣川 8/12(土) 10:00~12:00  
鶴ヶ峰 9/9(土) 10:00~12:00

予約受付: 二俣川 7月22日(土) 10:00~ 定員: 4組  
鶴ヶ峰 8月19日(土) 10:00~ 定員: 6組  
ママ・パパ一緒に、楽しく赤ちゃんを迎える準備をしましょう。  
対象: 初産婦(妊娠20~35週の安定期の方)とそのパートナー  
・助産師さんと横浜子育てパートナーによる講座です  
・ぶれパパのみの参加もOK



生活リズム 二俣川 8/17(木) 10:30~11:30

お子さんにとっての生活リズムの大切さなどを、保健師さんが話してくれます。ひろばを利用している方は、自由に参加できるミニ講座です!



上の子と過ごすマタニティライフ-パパ編- 鶴ヶ峰 8/26(土) 10:00~12:00

予約受付: 8月12日(土) 10:00~ 定員: 6組  
対象: 2人目妊婦のパパ  
お子さんを同伴される場合は、保護者の方が見守りをお願いします  
家族に小さな赤ちゃんをもうひとり迎えるって、どんなイメージ? 移り変わる上の子の気持ちに寄り添うには? など、みんなで話しませんか? ファシリテーターに(一社)産前産後ケア推進協会監事の榎田先生をお迎えし、2人目以降の妊娠・出産の違いや、準備のポイントもお話ししましょう。



COMING SOON! 9月のプログラムから

はじめての歯みがき講座 鶴ヶ峰 9/22(金) 10:00~11:00

予約受付: 9月8日(金) 10:00~ 定員: 8組  
歯科衛生士さんによる講座です。  
対象: 上の歯が2本はえ始めたお子さん



きょうだい育児 座談会 -パパ編- 鶴ヶ峰 9/30(土) 10:00~12:00

予約受付: 9月16日(土) 10:00~ 定員: 6組  
上の子、下の子、真ん中の子 それぞれの気持ち・関わり方や、きょうだいげんかのあるあるなど ファシリテーターを交えて、話しませんか?  
対象: きょうだい児を子育て中のパパ

