

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 9月30日(土) 10:00~11:00 ひなたぼっこ
二俣川 10月12日(木) 10:00~11:00 ひなたぼっこ
鶴ヶ峰 9月21日(木) 10:00~11:00 ひなたぼっこ サテライト
鶴ヶ峰 10月17日(火) 10:00~11:00 ひなたぼっこ サテライト

** 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。

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

- 10月分 9月1日(金) 10:00~
11月分 10月3日(火) 10:00~

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。

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



絵本で遊ぼう

『おさじさん』 東光寺 啓/え 松谷 みよ子/ぶん 童心社

お山をこえて 野原をこえて、やってきたのはおさじさん。いい匂いのところへ行ってみると、うさぎのぼうやのおいしそうなおかゆ。さあ、おさじさんがおいしいものをお口にはこんでくれますよ!



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

おすすめのレシピ

里芋とれんこんの青のり揚げ

- ＜材料＞ 幼児2人+大人2人分
里芋 中2個 酒 小さじ1
れんこん 7cmくらい 片栗粉 大さじ1
生姜 ひとかけ 揚げ油 適宜
醤油 小さじ1 青のり 小さじ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。里芋とれんこんはそれぞれ皮をむいて食べやすい大きさに切り、電子レンジ600Wで2分加熱する。(楊枝がすっと通ればOK。)
② 生姜はすりおろす。
③ ②、醤油、酒を混ぜて、①に絡め、10分くらい置く。
④ ③に片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げる。
⑤ ④に青のりをまぶす。(ビニル袋やポリに青のりを入れ、揚げたものを少量ずつ入れてまぶすとつきやすい。)

★里芋とれんこんのホクホク食感が楽しめます♪青のりもカルシウムや鉄分などが豊富で栄養価が高いので、ぜひ手軽に食事に取り入れてみてください。

●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

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異なります。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が可能です。定員に達したら受付を終了させていただきます。ご注意ください

ひなたぼっこ通信 9月号

発行日: 2023年9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

対象 就学前の子どものそとあそびの養育者、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あそび・あさひが区との協働で運営しています。

ひなたぼっこ

〒241-0821 横浜市旭区二俣川1-67-4
相鉄二俣川駅徒歩7分
または清水が丘団地バス停下車1分
TEL 045-442-3886 FAX 045-442-3896



ひなたぼっこ サテライト

〒241-0022 横浜市旭区鶴ヶ峰1-7-10
ライオンズプラザ鶴ヶ峰3階
相鉄鶴ヶ峰駅北口徒歩6分
TEL 045-752-8881 FAX 045-752-8990
一時預かり専用電話: 045-752-8002



旭区地域子育て支援拠点



「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

パパの子育て応援します

先ごろ実施しました「パパアンケート」に、ご協力いただきありがとうございました。今年度のひなたぼっこの重点目標のひとつが『父親支援』。アンケートで寄せられた貴重なご意見や、日ごろ遊びに来てくれているパパたちの声を参考に、パパ育児をサポートする取り組みを展開します。

パパたちの声 (自由記述・抜粋)

正式なアンケートの集計結果は、別でお知らせする予定です

産前に知っていた、やっておきたかったと思うこと

- ・育児に関わることすべて
・沐浴のやり方
・ミルクや離乳食に関する知識
・産前から産後の女性の体調・気持ちの変化について
・オンライン講座では伝わり切らないこと。沐浴、オムツ交換、抱っこ

お子さんの誕生後の生活で変わったと感じたこと

- ・赤ちゃん中心の生活、スケジュールになった
・公園やテーマパークに出かけるようになった
・仕事に行くときに寂しさを感じます
・外出時、行きかう人の手元を見るようになりました。歩きタバコ、歩きスマホから子どもを守るために

ひなたぼっこへの要望はありますか?

- ・先輩パパとの交流会があったら参加したい
・成長時期に合わせておすそめトレーニングの情報(食事の仕方、おまへの使い方、成長を促す遊びなど)
・日曜休日も開いてほしい
・一度に借りられる本の冊数が増えると嬉しいです
・授乳スペースにカーテンを設置してもらえると男性は助かります(サテライト)

そのほか

- ・パパDAYがあつて行きやすかったです
・いつも遊ばせてもらって助かってます

パパ向けプログラムあれこれ

皆さんからの声で企画したり、時流に合わせて企画したり、父親支援の充実を図ります。詳しくはチラシやホームページでご案内していきます

- ・ふれママ・ふれパパ講座(毎月開催)
・パパDAY(11/18予定)
・パパの離乳食講座(10/21 11/25予定)
・上の子と過ごすマタニティライフ パパ編(終了)
・きょうだい育児あれこれ座談会 パパ編(9/30予定)
・パパといっしょにそとあそび(9/30 10/28予定)



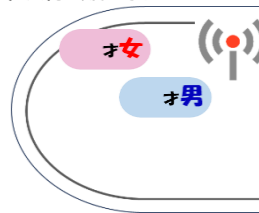
パパ同士つながる一助に!

こねくとパパステッカー

ひろばのニューアイテム

受付に用意しますので、パパの「こんな話題で他のパパとつながりたい!」という【コネクト(つながる)ポイント】を書いて、背中や肩に貼ってください。

- たとえば...
・パパ友募集中です
・入園準備の話をしませんか?
・ほぼ毎週土曜日来てます

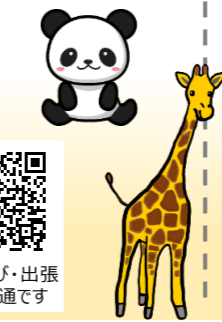


お子さんの男女・年齢構成のシールはオプションですので、いろいろひろばで声をかけ合うキッカケに使ってもらえたら嬉しいです♪

そとあそび 予約不要 10:00~11:30

9月のそとあそびでは、特別メニュー『MY動物園をつくろうスタンプラリー』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) マイコンポー二俣川広場(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



そとあそび・出張ひろば共通です

パパといっしょにそとあそび 予約不要 土曜日開催

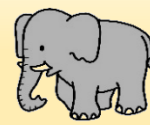
父親支援企画

9月30日(土)10:00~11:30 雨天延期/10月7日(土)
本村第一公園
10月28日(土)10:00~11:30 雨天延期/11月11日(土)
笹野台二丁目公園

公園で、お子さんとふれあいの時間を過ごしませんか? ちょっぴりバージョンアップしたスタンプラリーと、この日のために準備したお楽しみで、いっぱい思い出をつくってください

対象: 乳幼児のお子さんとパパ

ふだんお仕事のママ親子もどうぞ。乳幼児親子向けの企画ですので、小学生以上のごきょうだいと一緒に当企画に参加される場合は、安全面などの見守り、ご配慮をお願いいたします。



日	月	火	水	木	金	土
27 休館日	28 休館日	29	30	31	1 避難訓練	2
	子サポ提供会員 予定者研修②		予約開始 10:00~ 9/13 赤ちゃんサロン		出張ひろば 左近山地域ケアプラザ	予約開始 10:00~ 9/16 ワーママおしゃべり会
3 休館日	4 休館日	5 専 管理栄養士相談	6 そとあそび マイコーポ二俣川広場	7	8 そとあそび 笹野台二丁目公園 専 公認心理師相談	9
	子サポ提供会員 予定者研修③					
10 休館日	11 休館日	12	13 そとあそび 万騎が原公園 赤ちゃんサロン	14 予約開始 10:00~ 9/27 公認心理師	15 そとあそび 本村町第一公園	16 ワーママおしゃべり会
		予約開始 10:00~ 9/26 助産師				
17 休館日	18 休館日	19 休館日	20 予約開始 10:00~ 10/2 Babyマッサージ 10/3 管理栄養士	21 出張ひろば 笹野台地域ケアプラザ	22 予約開始 10:00~ 10/14 ぶれママ・ぶれパパ 10/6 西部療育ソーシャルワーカー	23 休館日
24 休館日	25 休館日	26 専 助産師相談	27 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 10/11 赤ちゃんサロン	28 そとあそび 鶴ヶ峰公園	29 予約開始 10:00~ 10/13 公認心理師	30 パパといっしょ そとあそび 本村町第一公園 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制

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。

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
- 9月 1日(金) 左近山地域ケアプラザ
 - 9月 お休み 南まきが原自治会館 (柏町 113-1)
 - 9月 21日(木) 笹野台地域ケアプラザ
- 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

毎月実施
プログラム

避難訓練 二俣川 鶴ヶ峰 9/1(金) 午前

9月1日の防災の日に合わせて、二俣川本拠点とサテライトで避難訓練をします。今回は地震を想定し、避難口の確認や、お子さんを守る「だんご虫のポーズ」の練習をします。防災マップなど情報提供もしますので、参加のご協力をお願いします。



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

	二俣川		鶴ヶ峰	
	日	時間	日	時間
公認心理師	9月 8日(金) 27日(水)	10:00~11:30 各4組	9月 7日(木) 21日(木)	10:00~11:30 各4組
	10月 13日(金) 25日(水)		10月 5日(木) 19日(木)	
管理栄養士	9月 5日(火) 10月 3日(火)	10:00~11:30 各8組	9月 15日(金) 10月 20日(金)	13:30~15:00 各8組
助産師	9月 26日(火) 10月 17日(火)	13:30~15:00 各8組	9月 27日(水) 10月 25日(水)	10:00~11:30 各8組
保育・教育 コンシェルジュ	—	—	9月 8日(金)	10:00~11:30 各8組
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 それぞれの拠点にありますよ~

私たちは、子育て期のいろいろな悩みごと、困りごと等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

出張相談のお知らせ
9月 12日(火) 10:00~12:00
おもちゃ文庫〔サポートセンター連〕

● 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)

日	月	火	水	木	金	土
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 避難訓練 予約開始 10:00~ 10月分 一時預かり 9/15 管理栄養士	2
3 休館日	4 休館日	5	6	7 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 9/21 公認心理師	8 専 コンシェルジュ相談 予約開始 10:00~ 9/22 はじめての歯みがき	9 子サポ 13:00~16:00 ぶれママ・ぶれパパ講座
10 休館日	11 休館日	12 子サポ 10:00~13:00 予約開始 10:00~ 9/26 Babyマッサージ	13 予約開始 10:00~ 9/27 助産師	14	15 専 管理栄養士相談 おたんじょうび会	16 予約開始 10:00~ 9/30 きょうだい育児
17 休館日	18 休館日	19 休館日	20 予約開始 10:00~ 10/5 公認心理師	21 子サポ 13:00~16:00 専 公認心理師相談 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制	22 はじめての歯みがき講座 予約開始 10:00~ 10/7 親子でからだを つかってあそぼう	23 休館日
24 休館日	25 休館日	26 Babyマッサージ 専 助産師相談	27 子サポ 13:00~16:00	28	29 予約開始 10:00~ 10/13・18 保育園の入り方	30 きょうだい育児 パパ編 予約開始 10:00~ 10/14 双子・三つ子

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。

**ぶれママ・ぶれパパ講座 鶴ヶ峰 9/ 9(土) 10:00~12:00
二俣川 10/14(土) 10:00~12:00**

予約受付：鶴ヶ峰 8月 19日(土) 10:00~ 定員：6組
二俣川 9月 22日(金) 10:00~ 定員：4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

赤ちゃんサロン 二俣川 9/13(水) 10:15~11:30

予約受付：8月 30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回まででお願いします。

**当事者同士のしゃべり会 二俣川
新米ワキングママあつまれ~ 9/16(土) 10:15~11:30**

予約受付：9月 2日(土) 10:00~ 定員：5組

育児と仕事の両立に奮闘中のママ、同じ立場の仲間であらゆるお話をしませんか？

対象：2023年4月から働き始めたママ(産休明け含む)

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

双子ちゃん三つ子ちゃんあつまれ~ 鶴ヶ峰 10/14(土) 10:00~11:00

予約受付：9月 30日(土) 10:00~ 定員：6組

双子・三つ子を子育て中、また多胎出産予定のママ・パパ、おしゃべりにきませんか？

**Baby マッサージ 鶴ヶ峰 9/26(火) 10:30~11:30
二俣川 10/ 2(月) 10:30~11:30**

予約受付：鶴ヶ峰 9月 12日(火) 10:00~ 定員：10組
二俣川 9月 20日(水) 10:00~ 定員：10組

毎月実施
プログラム

セサミオイルを使った、赤ちゃんのポイントマッサージ

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さんは参加できません
♥ご兄弟児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

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

COMING SOON! 10月のプログラムから

保育園の入り方 鶴ヶ峰 10/13(金)・18(水) 10:00~12:00
二俣川 10/25(水) 14:00~16:00
10/27(金) 10:00~12:00

予約受付：鶴ヶ峰 9月 29日(金) 10:00~ 定員：各回 10組
二俣川 10月 11日(水) 10:00~ 定員：各回 20組

対象：2024年度4月に保育園入園を希望している方
保育・教育コンシェルジュさんによる完全個別相談会です。
10月中旬に申請書の配布が始まりますので、記入して分からないことなど、具体的に相談できます。
予約方法等、詳しくは次号の通信やホームページでご案内します。