

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)へ

二俣川	1月30日(火) 10:00～11:00	ひなたぼっこ
二俣川	2月21日(水) 10:00～11:00	ひなたぼっこ
鶴ヶ峰	1月18日(木) 10:00～11:00	ひなたぼっこ サテライト
鶴ヶ峰	2月10日(土) 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)

子どもを預かってほしい人と 子どもを預かる人にそれぞれ会員登録していただき、希望に合う出会いをつなぐのが、横浜子育てサポートシステムです。ご興味のある方はお問合せください♥



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

2月分	1月5日(金) 10:00～
3月分	2月1日(木) 10:00～

1ヶ月最大利用8回のうち、2回分までを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**
ひろばもプログラムも、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
ご注意ください 利用日当日まで申し込みは可能ですが定員に達しま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 1月号

発行日: 2024年1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 就学前の子どもとその養育者、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子そだちえん・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



絵本で遊ぼう

『いらっしやい』

せなけいこ/さく・え 童心社

「いらっしやい いらっしやい」元気なかけ声でお店さんが登場。ちらりと売り物が見えますよ。やおやさん? さかなやさんかな?

ページをめくると、今度はたくさんの売り物がにぎやかに登場します。親子で、あてっこ遊びをしながら、絵本でにぎやかなお買い物を楽しめます。はい、「まいどあり!」



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。

★問い合わせ: 旭図書館

☎953-1166



図書館ホームページ
トップページ

図書館 Twitter



おすすめレシピ

小松菜チャーハン

<材 料> 幼児2人+大人2人分

米……………2合
醤油……………小さじ1
酒……………小さじ2/3
小松菜……………150g
人参……………30g
酒……………小さじ1
長ねぎ……………7cm
ハム……………3枚

ごま油……………小さじ1
塩……………ふたつまみ
こしょう……………少々
卵……………1個
植物油……………小さじ1/2



★青菜の苦みをごま油や卵がまろやかにしてくれます。朝昼晩のごはんだけではなく、おやつにもおすすめのメニューです。

<作り方>

- ① 米は研いで水に30分浸し、醤油と酒を入れて炊く。(調味料分の水を減らす。)
- ② 小松菜は刻んでレンジ600Wで3分加熱する。
- ③ 人参は粗みじん切りにし、レンジ600Wで1分加熱する。
- ④ 長ねぎはみじん切りにする。
- ⑤ ハムは1cm角に切る。
- ⑥ フライパンに植物油を熱し、溶き卵を炒めて炒り卵を作り、更に取り出しておく。
- ⑦ ⑥のフライパンにごま油を熱し、長ねぎを炒める。しんなりしたらハムを炒め、小松菜と人参を入れて炒める。
- ⑧ ⑦に⑥の卵を入れ、塩こしょうを入れて味付けする。
- ⑨ ①に⑧を入れて混ぜる。

●監修は、管理栄養士の富山彩さんです



あけましておめでとうございます。ひなたぼっこも15年目となる年を迎え、今年もいっそう皆さんの子育てに寄り添い、支援の歩みを進めていきたいと、ピカピカな気持ちに胸膨らませております(#^^#) まだしばらく寒い日が続きますが、みなさんはいかがお過ごしですか? おひさまボカボカの日中は、ちょっと頑張って外に出てみましょう。お子さんとお散歩したり、公園でからだを動かしたら、きっと縮こまったからだもノビノビ、気分もリフレッシュできますよ。そして「今日はなにをして過ごそうかな…」の雨の日には、ひなたぼっこのような屋内の施設を上手に利用してくださいね。ひろばには、おうちでのんびり楽しめる親子遊びのヒントもあちこちに隠れていますよ♪

ひなたぼっこを飛び出して おうちを飛び出して 一緒に遊びましょう

そ そとあそび 予約不要 10:00～11:30

乳幼児期の外遊びは、生活リズムを整え新しい体験をする楽しさを作りだすものです。ママもパパも一緒に楽しい時間を過ごしましょう!

毎月実施
プログラム

- 1月 **お休み** マインコーポ二俣川広場(私有地)
1月10日(水) 万騎が原公園
1月12日(金) 笹野台二丁目公園
1月19日(金) 本村町第一公園
1月25日(木) 鶴ヶ峰公園



・雨天中止(午前9時以降 HP をご確認ください)・マインコーポ二俣川広場は私有地のため、住人の方のご迷惑にならないよう、気をつけましょう。

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
プログラム

- 1月 5日(金) 左近山地域ケアプラザ
1月16日(火) 南まきが原自治会館(柏町113-1)
1月18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



HPはコチラから
そとあそび
出張ひろば
共通です

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

(1/12 公認心理師 1/13 管理栄養士の予約は、12/27～となります)

年間予定は、チラシやHPをご確認ください。相談は予約のうえ当日先着順となります



	二俣川	鶴ヶ峰
公認心理師	1月12日(金) 24日(水) 2月9日(金) 28日(水) 10:00～11:30 各4組	1月11日(木) 18日(木) 2月1日(木) 15日(木) 10:00～11:30 各4組
管理栄養士	1月13日(土) 2月6日(火) 10:00～11:30 各8組	1月19日(金) 2月16日(金) 13:30～15:00 各8組
助産師	1月16日(火) 2月20日(火) 13:30～15:00 各8組	1月24日(水) 2月28日(水) 10:00～11:30 各8組
保育・教育 コンシェルジュ	—	1月12日(金) 10:00～11:30 各8組
New! 西部地域療育センター ソーシャルワーカー	—	—
保健師	—	—

育児のこと、お子さんの発達のことなど
離乳食など、お子さんの食事・栄養面など
産後の体のことや卒乳・母乳の悩み、お子さんの体重など
さまざまな保育サービス等について
発達の心配ごとや、その相談先など
妊娠中のことから、子どもの発育・発達など

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ね
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

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、地域サロン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」で相談を受付けています

出張相談のお知らせ

1月26日(金) 10:00～12:00 サポートセンター連(おもちゃ文庫)

二俣川 鶴ヶ峰 それぞれの拠点にいますよ～🐾

● 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)



ひなたぼっこ カレンダー 二俣川 1月

〒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

日	月	火	水	木	金	土
31 休館日	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 休館日	5 出張ひろば 左近山地域ケアプラザ	6 避難訓練 予約開始 10:00~ 1/16 助産師 1/17 ふれあい遊び
7 休館日	8 休館日	9 休館日	10 そとあそび 万騎が原公園 赤ちゃんサロン	11 予約開始 10:00~ 1/24 公認心理師	12 そとあそび 笹野台二丁目公園 専 公認心理師相談	13 専 管理栄養士相談
14 休館日	15 休館日	16 専 助産師相談 出張ひろば 南まきが原自治会館	17 ふれあいあそび 1才	18 出張ひろば 笹野台地域ケアプラザ	19 そとあそび 本村町第一公園	20 予約開始 10:00~ 2/10 ふれパパ・ふれママ講座
21 休館日	22 休館日	23 予約開始 10:00~ 2/5 ベビーマッサージ 2/6 管理栄養士	24 専 公認心理師相談	25 そとあそび 鶴ヶ峰公園	26	27
おたんじょうび週間						
節分工作						
28 休館日	29 休館日	30 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制	31 予約開始 10:00~ 2/14 赤ちゃんサロン	1	2 出張ひろば 左近山地域ケアプラザ	3 パパDAY
節分工作						

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。

開催レポート

ご参加ありがとうございました♡

リサイクルマーケット

日時: 11月3日(金・祝) 11:00~15:00
会場: ひなたぼっこ 二俣川本拠点 ひろば

ご出店くださったみなさま、お買い物においでくださったみなさま、ありがとうございました。
秋の休日、楽しんでいただけましたでしょうか。

今回、初めてのイベントでドキドキする部分もありましたが、ひろばの中に可能な限り設けたブースには、どこもたくさんの商品が見やすくならべられていたり、それを挟んで売り手と買い手が楽しそうにお話をしていたり、...ととてもにぎやかな雰囲気、嬉しいやらホッとするやら(^-^)

参加してくださったみなさんからも「久しぶりに、子どもを連れてゆっくり買い物できました」「次は出店者として参加してみたい」「また開催してほしい」など声をいただき、

ひなたぼっこはこのような交流の場を作ることへの期待も、子育て支援拠点としてしっかり受け止め、形にしていきたいと、思いを強く感じる事ができた一日でした。



赤ちゃんサロン 二俣川 1/10(水) 10:15~11:30
予約受付: 12月27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回まででお願いいたします。

親子でふれあいあそび 1才 二俣川 1/17(水) 10:15~11:15
予約受付: 1月5日(金) 10:00~ 定員: 5組

手遊び歌やわらべうた、絵本やカンタン手作りおもちゃなど、親子の時間をほっこり楽しむヒントをたくさん紹介します♪

対象: 1才のお子さんと保護者



節分を楽しもう! 二俣川

●紙コップで「ばくばくオニ」をつくろう 1/23(火)~2/3(土)
材料はひろばの工作コーナーにありますので親子で自由に楽しんでください

●パパDAY 2/3(土) 10:00~12:00
お子さんとゆっくり過ごしたいパパ、ひなたぼっこに遊びに来ませんか? 「お楽しみの時間」では、パパにもチカラをお借りして、ちょっとアクティブに節分遊びをしようと、ただいま企画中です

詳しくはHPやチラシをご覧ください



Baby マッサージ 鶴ヶ峰 1/23(火) 10:30~11:30
二俣川 2/ 5(月) 10:30~11:30
予約受付: 鶴ヶ峰 1月10日(水) 10:00~ 定員: 10組
二俣川 1月23日(火) 10:00~ 定員: 10組

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)

♡二俣川の1月の回はお休みです
♡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



ひなたぼっこ サテライト カレンダー 鶴ヶ峰 1月

〒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階相鉄鶴ヶ峰駅徒歩6分
TEL 045-752-8881 FAX 045-752-8990

日	月	火	水	木	金	土
31 休館日	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 休館日	5 予約開始 10:00~ 2月分 一時預かり 1/18 公認心理師 1/19 管理栄養士	6
7 休館日	8 休館日	9 休館日	10 予約開始 10:00~ 1/23 Babyマッサージ 1/24 助産師	11 専 公認心理師相談	12 子サポ 10:00~13:00 専 コンシェルジュ相談	13 ふれパパ・ふれママ講座
14 休館日	15 休館日	16 おたんじょうび会	17 予約開始 10:00~ 2/1 公認心理師	18 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	19 専 管理栄養士相談 そとあそび 本村町第一公園	20 避難訓練
21 休館日	22 休館日	23 Babyマッサージ	24 専 助産師相談	25 そとあそび 鶴ヶ峰公園	26	27 子サポ 10:00~13:00 パパとあそぼう
28 休館日	29 休館日	30	31 子サポ 13:00~16:00	1 予約開始 10:00~ 3月分 一時預かり 2/15 公認心理師	2 予約開始 10:00~ 2/16 管理栄養士	3 予約開始 10:00~ 2/17 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。

NEW パパとあそぼう 鶴ヶ峰 研修室 1/27(土) 10:00~12:00

10月からスタートしています『パパとあそぼう』♪
鶴ヶ峰サテライトでは、今後も毎月第4土曜日に開催したいと考えています! (HP 等でお知らせします)

広～い研修室で、パパも童心にかえてお子さんと遊びませんか!? ときにはパパ同士つながるキッカケも見つかるかもしれません。

お気軽に、お子さんとの時間、パパの時間を楽しんでくださいね♪

遊びのテーマは HP やひろばでお知らせします

ひろばも通常通り開いています

パパこねくとステッカーもご利用ください

予約不要 出入自由



ブラレールの寄付をお願いします 鶴ヶ峰

「パパとあそぼう」でも人気のブラレール。たくさんあればあるほど、大きくダイナミックに遊べて楽しいですよ♪

レールや列車、駅やトンネル、踏切も、もしも遊ばなくなって眠っているものがあったら、ぜひひなたぼっこサテライトに寄付をお願いいたします。

まずは、お電話かスタッフにお声掛けください。



ふれパパ・ふれママ講座 鶴ヶ峰 1/13(土) 10:00~12:00
二俣川 2/10(土) 10:00~12:00
予約受付: 鶴ヶ峰 12月23日(土) 10:00~ 定員: 6組
二俣川 1月20日(土) 10:00~ 定員: 4組

沐浴・お着替え体験など「パパの役割やサポート」に重点をおき助産師さんと一緒に、新しい家族を迎える準備をしましょう

対 象: 初産婦のパートナーの方

- ・パパのみ、ママのみ、お二人で参加OK
- ・安定期(妊娠20~35週)の妊婦さんは、一緒に参加できます



COMING SOON!! 2月のプログラムから

ミニ講座 生活リズム 鶴ヶ峰 2/9(金) 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。研修室でゆったりお話を聞いていただけます。予約不要です。

双子ちゃん三つ子ちゃんあつまれ~ 鶴ヶ峰 2/17(土) 10:15~11:30
予約受付: 2月3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、おしゃべりしにきませんか?



2月の予定		一部抜粋してお知らせします ぜひ遊びに来てください	
		日 程	会 場
そとあそび 10:00~11:30	2/ 7(水)	メインコーポ二俣川広場 (私有地)	
	2/ 9(金)	笹野台二丁目公園	
	2/14(水)	万騎が原公園	
	2/16(金)	本村第一公園	
	2/22(木)	鶴ヶ峰公園	
出張ひろば 10:00~11:30	2/ 2(金)	左近山地域ケアプラザ	
	2/15(木)	笹野台地域ケアプラザ	
	2/20(火)	南まきが原自治会館	

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。

