

横浜子育てサポートシステム

～ 八会説明会～

- 二俣川 5月28日(火) 10:00~11:00 ひなたぼっこ
- 鶴ヶ峰 5月15日(水) 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、お問合せください

入会説明会は、横浜市の拠点サイト内からどなたでも申込みができます。説明を聞いていただいた上で、子サポの会員登録をご希望の場合は、スタッフよりご案内をいたします。



HP子サポのページはこちらから

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 9:00~17:00
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

- 6月分 5月1日(水) 10:00~
- 7月分 6月1日(土) 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。

利用には事前に横浜市の拠点サイトにて利用登録が必要です。利用案内や予約は、当面の間これまで通り面談や電話で行います。詳しくはHPまたは専用ダイヤルにお問合せください。



一時預かり専用ダイヤル【鶴ヶ峰】

045-752-8002

HP一時預かりのページはこちらから

ひなたぼっこの利用方法 (両館共通です)

- **ひろばや預かりの利用には、事前に横浜市地域子育て支援拠点サイトにて、アカウントの取得と利用登録が必要です**

登録済みの方も4月2日から紙のカードでは入館ができません

- **開館時間は10:00~16:00**

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**

予約開始日から、電話または各ひろばにて受付けています

- **二俣川 045-442-3886**

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。

- **鶴ヶ峰 045-752-8881**

横浜市の拠点サイトはこちらから入れます



ひなたぼっこを運営する「特定非営利活動法人 子そだちえん・あさひ」は、さが丘の「子育て広場 にっこにっこ」も運営しています。小さな集いの広場で、アットホームな活動をしていますので、お近くの方はぜひ遊びに行ってみてくださいね。



にっこにこのホームページはこちらから

ひなたぼっこ通信 5月号

発行日: 2024年5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はこちらからどうぞ

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。



絵本で遊ぼう

『かさかしてあげる』

こいでやすこ / さく 福音館書店

雨がふってきました。なつちゃんは、かさがなくてこまりがおです。「かさかしてあげる。」ありさんがさし出したかさは、小さいかさ。かえるさんのかさは、じょうごのかさ。うさぎさんのかさは、ためきさんのかさ。つぎからつぎへと、いろいろなかさをかしてくれます。最後は、みんなでかさの行列を作りました。雨の日が、ちょっと楽しみになる絵本は、いかがでしょう。



休館日やおはなし会などのイベントの情報は、横浜国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

春野菜と鶏の甘酢あん

＜材料＞ 幼児2人+大人2人分

- 鶏もも肉.....240g
- 片栗粉.....小さじ2
- 植物油.....小さじ1
- 人参.....1/2本
- 新じゃがいも.....中2個
- スナップエンドウ.....8本
- ケチャップ.....大さじ2
- 砂糖.....大さじ1
- 酒.....小さじ1
- 酢.....大さじ1
- 水.....大さじ2

＜作り方＞

- 鶏肉は食べやすい大きさに切り、片栗粉をまぶす。
- 玉ねぎは2cm角、人参は厚めのいちょう切り、新じゃがいもは一口大(皮付きのまま)、スナップエンドウは4等分に切る。
- ②を耐熱容器に入れて、電子レンジ600wで5分加熱する。
- フライパンにサラダ油を熱し、①の鶏肉を焼く。表面がきつね色になったら取り出す。
- ④のフライパンに、③を入れてさっと炒める。鶏肉を戻す。
- 混ぜた*の調味料を入れて混ぜ、水分がある程度飛ぶまで煮詰める。

電子レンジで野菜を先に加熱することで、時短調理になります。東洋医学では、春は「酸味のあるものが体に合っている」と言われています。春野菜を甘酢あんでおいしく食べましょう。 ●監修は、管理栄養士の富山彩さんです

旭区地域子育て支援拠点 Mother's Day

vol.171
2024年
5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

5月になりました。本格的に暑くなる前のいい季節です♪
ゴールデンウィークもありますし、せつかくですすからカラッと晴れた日は、少しのんびりと家族でお出かけしませんか? 4月から新生活がスタートしたパパ・ママ、お子さんは、生活リズムの変化に戸惑いながらも頑張った一か月だったと思いますし、ほっとリラックスできる時間も必要ですね◎ たとえば、行ったことのない公園におにぎり🍙持って遊びに行ってみるとか、ひなたぼっこや地域サロンを訪ねてみるとか(^^^)
小さな冒険の中にも楽しい発見👁があるかもしれませんよ♥

＊ご報告とお礼＊

去る3月15日にひなたぼっこは14周年を迎えました。記念イベントの開催にあたり、地域の方から折り紙作品をたくさん頂きました。お気持ち本当にありがとうございます! お見送りで利用者のお子さんにプレゼントするとみなさん嬉しそうに受け取って帰られました。

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

- 5月1日(水) マインコーポ二俣川広場 (私有地)
- 5月8日(水) 万騎が原公園
- 5月10日(金) 笹野台二丁目公園
- 5月17日(金) 本村町第一公園
- 5月23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♪
今月は子サポスタッフも同行します

毎月実施プログラム

- 5月 **お休み** 左近山地域ケアプラザ
- 5月16日(木) 笹野台地域ケアプラザ
- 5月21日(火) 南まきが原自治会館 (柏町113-1)

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はこちらから

そとあそび出張ひろば共通です



専 専門相談員相談の日

- ・2024年度上半期の予定は、チラシやHPでお知らせしています
- ・利用は実施日2週間前から予約できます
空きがある場合は、当日の利用も可能です
- ・当日ご来館順にご案内しますので、受付でお声掛けください



	二俣川	鶴ヶ峰
公認心理師	5月10日(金) 22日(水) 10:00~11:30 各4組 6月14日(金) 26日(水)	5月2日(木) 16日(木) 10:00~11:30 各4組 6月6日(木) 20日(木)
管理栄養士	5月14日(火) 6月4日(火) 10:00~11:30 各8組	5月17日(金) 6月21日(金) 13:30~15:00 各8組
助産師	5月21日(火) 6月18日(火) 13:30~15:00 各8組	5月22日(水) 6月26日(水) 10:00~11:30 各8組
保育・教育コンシェルジュ	6月5日(水)	
保健師	6月27日(木)	

横浜子育てパートナー

二俣川 鶴ヶ峰 それぞれの拠点にいますよ~👏🌸

🌸 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

● **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)

二俣川本拠点

鶴ヶ峰サテライト

ひなたぼっこのInstagramはこちらからどうぞ♪
旬な情報、お知らせを発信していきますので、ぜひフォローお願いします♪

ひなたぼっこ カレンダー 二俣川 5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
28 休館日	29 休館日	30 休館日	1 🍷 そとあそび メインコーポ二俣川広場	2	3 休館日	4 休館日
5 休館日	6 休館日	7 休館日 予約開始 10:00~ 5/21 助産師 5/22 心理師 5/25 ぶれパパ・ぶれママ講座 6/1 パパ友おしゃべり会	8 🍷 そとあそび 万騎が原公園 🌸 赤ちゃんサロン	9 バルーンアート 写真館	10 🍷 そとあそび 笹野台二丁目公園 👩 専 公認心理師相談	11
12 休館日	13 休館日 からだをつかってあそぼう!	14 👩 専 管理栄養士相談	15	16 📺 出張ひろば 笹野台地域ケアプラザ	17 🍷 そとあそび 本村町第一公園	18
19 休館日	20 休館日	21 📺 出張ひろば 南まきが原自治会館 👩 専 助産師相談 予約開始 10:00~ 6/4 管理栄養士	22 👩 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 6/5 コンシェルジュ	🎉 おたんじょうび週間		25 ぶれパパ・ぶれママ講座 予約開始 10:00~ 6/23 リサイクル&手作り マーケット出店予約!
26 休館日	27 休館日 予約開始 10:00~ 6/10 ベビーマッサージ	28 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制	29 予約開始 10:00~ 6/12 赤ちゃんサロン	30 講座ニトトレ	31 予約開始 10:00~ 6/14 公認心理師	1 👥 当事者同士の おしゃべり会(パパ友) 予約開始 10:00~ 6/22 ぶれパパ・ぶれママ講座

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。

🌸 赤ちゃんサロン 二俣川 5/8(水) 10:15~11:30

予約受付：4月24日(水) 10:00~ 定員：6組
産後間もない特別な時間♥ ※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。
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

バルーンアート写真館♪ 二俣川 5/9(木) 10:00~12:00 予約不要 14:00~16:00

ふわふわ隊さん手作りのバルーンアートで飾ったミニスタジオで、かわいいお子さんの写真を撮ってみませんか?

ご希望の方は、当日スタッフにお声掛けください。

受付順にご案内します。セルフカメラ、セルフ撮影でお楽しみください。

- ★お子さまの安全は保護者のかたが十分に配慮ください
- ★右の写真はイメージです



ミニ講座 トイレトレーニング 二俣川 5/30(木) 10:30~11:30

保健師さんによるミニ講座です。ひろば利用の方は、自由に参加していただけます。

当事者同士のおしゃべり会 二俣川 6/1(土) 10:15~11:00 トークテーマ★友だちを作りたいパパを集まれ~!

予約受付：5月8日(水) 10:00~ 定員：6組

パパ同士、パパの子育てを話してみませんか?

自己紹介から始めて、お子さんとのちょっとしたエピソードなど、かしまらず気楽な雰囲気でお話の会です。

パパ友との出会い・繋がりキッカケを作れたら嬉しいです。

♥保育がありませんので、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

親子でからだをつかってあそぼう 二俣川 5/13(月) 10:30~11:30

予約受付：二俣川 4月23日(火) 10:00~ 定員：10組
鶴ヶ峰 6月1日(土) 10:00~ 定員：8組

簡単な遊びの中に、からだ作りのポイントがたくさんあります!
対象：二俣川 6ヶ月~1才0ヶ月のお子さんと保護者
鶴ヶ峰 1才~2才0ヶ月のお子さんと保護者
講師：日本レクリエーション協会 公認指導者 伊藤 恵美 先生

Baby マッサージ 鶴ヶ峰 5/28(火) 10:30~11:30 二俣川 6/10(月) 10:30~11:30

予約受付：鶴ヶ峰 5月14日(火) 10:00~ 定員：10組
二俣川 5月28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)

- ♥前日に予防接種を受けたおひなさんは参加できません
- ♥ごきょうだい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

リサイクル&手作りマーケット 出店者募集! 二俣川

育児用品や生活雑貨、ウチではもう使わないけど誰かの役に立てたら...と、利用者みなさんの声から昨年度初開催し、好評だったプログラム。今回はバージョンアップして『手作り品』の出店もお願いします!

品物の多少に関わらず奮って出店参加してください♥

開催日時：6月23日(日) 10:00~15:00
場所：ひなたぼっこ(二俣川)ひろば 出店料：無料

- 扱い商品：
 - ・0,1,2才児用品・妊婦用品
 - ・ご本人の手作り品 (育児用品に限らず手芸品、焼き菓子等)
- 申込期間：5月25日(土)~6月15日(土)
ひなたぼっこ二俣川へ ☎

※出店についての詳細はHPやチラシでご案内します。

【重要なお知らせ】4月2日から入退館をはじめ施設を利用するには、事前にアカウントの取得と利用登録が必要になりました。4面のQRコードからアクセスしてください

ひなたぼっこ サテライト カレンダー 鶴ヶ峰 5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
28 休館日	29 休館日	30 休館日	1 0才赤ちゃん集まれ~ 予約開始 10:00~ 6月分 一時預かり	2 👩 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 5/16 公認心理師 5/17 管理栄養士	3 休館日	4 休館日
5 休館日	6 休館日	7 休館日	8 予約開始 10:00~ 5/22 助産師	9	10 予約開始 10:00~ 5/25 パパの離乳食講座	11 パパDAY ぶれパパ・ぶれママ講座
12 休館日	13 休館日	14 予約開始 10:00~ 5/28 ベビーマッサージ	15 おたんじょうび会 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制	16 👩 専 公認心理師相談	17 👩 専 管理栄養士相談	18 予約開始 10:00~ 6/8 ぶれパパ・ぶれママ講座
19 休館日	20 休館日	21	22 👩 専 助産師相談 予約開始 10:00~ 6/5 0才赤ちゃん集まれ 6/12 ぶれママおしゃべり会	23 🍷 そとあそび 鶴ヶ峰公園 予約開始 10:00~ 6/6 公認心理師	24 予約開始 10:00~ 6/7 保育園の入り方	25 パパの離乳食講座
26 休館日	27 休館日	28 Babyマッサージ	29	30	31	1 予約開始 10:00~ 7月分 一時預かり 6/15 からだをつかって

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。

【子サボり】... 入会説明会以外の日に子サボの説明や会員登録、コーディネート等を希望される方は、事務局にご相談ください。045-442-3038

ぶれパパ・ぶれママ講座 鶴ヶ峰 5/11(土) 10:00~12:00 二俣川 5/25(土) 10:00~12:00 鶴ヶ峰 6/8(土) 10:00~12:00

予約受付：鶴ヶ峰 4月20日(土) 10:00~ 定員：6組
二俣川 5月8日(水) 10:00~ 定員：4組
鶴ヶ峰 5月18日(土) 10:00~ 定員：6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
持ち物：母子手帳、飲み物

- ・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

ご希望にお応えして、今年度は両拠点で毎月1回開催します。年間の予定は、ホームページやチラシをご覧ください。



保育園の入り方 part.1 鶴ヶ峰 6/7(金) 10:00~11:30 二俣川 6/17(月) 10:00~11:30

予約受付：鶴ヶ峰 5月24日(金) 10:00~ 定員：15組
二俣川 6月4日(火) 10:00~ 定員：20組

保育園・幼稚園・認定こども園ってどういうところ? 保育園に入るって大変って聞くけど、どうなの?

そんな疑問にマルっと答えてくれる専門家「保育・教育コンシェルジュさん」を旭区役所から招いて、基本のキから「保活」の流れまでお話してもらいます。

質疑応答の時間もありません。ぜひこの機会にご参加ください。

- ♥10月に、申請直前個別相談会としてPart.2を開催予定です。
- ♥保育がありませんので、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

- 各プログラムの参加申込みが、開催前日までに2組未満だった場合は、実施を見送らせていただきます。あらかじめご了承ください。ただし、専門相談員相談は、1組のお申込みでも実施します。
- 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。

0才赤ちゃん集まれ~! 鶴ヶ峰 A 5/1(水) 10:00~11:30 B 6/5(水) 10:00~11:30

予約受付：A 4月17日(水) 10:00~ 定員：10組
B 5月22日(水) 10:00~ 定員：10組

0才児の子育てならではのアレコレを、ファシリテーターを交えてお話しませんか? 仲間づくりのきっかけになるといいな~と思っています。初めてでも一人でも大丈夫! 毎月第1水曜日に開催しますので、気軽にご参加ください。

対象：【5/1】A 生後1~4ヶ月の赤ちゃんとそのママ・パパ
【6/5】B 生後5~8ヶ月の赤ちゃんとそのママ・パパ

パパDAY 鶴ヶ峰 予約不要 5/11(土) 10:00~12:00

子どもとゆっくり(じっくり?)遊びたいパパ。パパ友との出会いがほしいパパ。育児を知りたいパパ。お子さんとひろばで過ごしませんか?

- ♥翌日は**母の日**。パパとおひなさんがサテライトで楽しく過ごしている間、ママはゆっくり過ごしてね。ママに少しでも「自由時間」のプレゼント♪
- ♥午前中はパパとおひなさんでおいでください。午後からはどなたでもご利用いただけます。

チャレンジ! パパの離乳食づくり講座 鶴ヶ峰 5/25(土) 10:00~11:30

予約受付：5月11日(土) 10:00~ 定員：8組

これから離乳食を始める、あるいは始めたばかりのお子さんの離乳食作りを「体験」してみましょう。

対象：生後4~5ヶ月のおひなさんのパパ

講師：管理栄養士 ひなたぼっこ専門相談員 前川智香子先生

7/13(土)には二俣川でも開催予定です

ぶれママおしゃべり会 鶴ヶ峰 6/12(水) 10:00~11:30

予約受付：5月22日(水) 10:00~ 定員：6組

ぶれママ・ぶれパパ同士、情報交換やおしゃべりを楽しみませんか? ときには赤ちゃんのおもちゃ作りをしたり、ひろばの先輩ママ・パパにお話を聞いてみたり、その日の様子を見ながらみなさんで楽しく過ごしましょう。

対象：第一子妊娠中のママ(20週~35週)とそのパートナー

今年度は、このあとも偶数月に開催予定です