

横浜子育てサポートシステム

～ 入会説明会 ～

二俣川 9月14日(土) 10:00~11:00 ひなたぼっこ
鶴ヶ峰 9月21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、お問い合わせください

入会説明会は、横浜市の拠点サイト内からどなたでもお申込みができます。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い合わせください♡

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

横浜市の拠点サイトへはこちら



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3日(火) 10:00～
11月分 10月1日(火) 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、オンラインでできるようになる予定です。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



ひなたぼっこのインスタグラムはこちらどうぞ♪
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♪



子育て広場 にっこにっこ



にっこにこのホームページはこちら

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。

ひなたぼっこ通信 9月号

発行日: 2024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こちらどうぞ

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

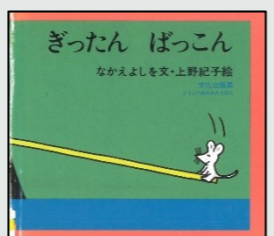


絵本で遊ぼう

『ぎったんぼっこん』

なかえよしを / 文, 上野紀子 / 絵
文化出版局

ぎったんぼっこんに、とりさんとまって、「ぎー」。ねずみくんがのって、「ぼーこ」。うさぎさんがのって、「ぎったん」。いぬさんがのったら、「ぼっこん」。つぎはだれが出てくるかな。



音のひびきと、ぎったんぼっこの動きが楽しい1冊。お子さんをおひざにのせて、絵本に合わせてうごいて読むと、動物たちといっしょに遊んでいる気持ちになれますよ。

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
図書館 Twitter



あそびのヒント

鶏と夏野菜の酢豚風

- <材料> 幼児2人+大人2人分
- 鶏もも肉 ……200g
 - 片栗粉 ……大さじ3
 - 揚げ油 ……適宜
 - なす ……1本
 - ピーマン ……2個
 - パプリカ ……1/3個
 - 玉ねぎ ……中1/4個
 - しょうが ……ひとかけ
 - 炒め油 ……少々
 - A) 砂糖 ……大さじ1
 - 酒 ……小さじ1
 - 醤油 ……小さじ1
 - トマトケチャップ ……大さじ1と1/2
 - 鶏がらスープの素 ……小さじ1/2
 - 酢 ……小さじ1/2
 - 塩 ……ふたつまみ
 - こしょう ……少々

<作り方>

- 鶏もも肉は一口大に切り、片栗粉をまぶして180℃の油できつね色になるまで揚げる。
- なすは1cmの厚さの半月に切り、水に10分つけてあくを抜く。
- ピーマン・パプリカ・玉ねぎは1.5cm角に切る。
- しょうがはみじん切りにする。
- Aの調味料を混ぜておく。
- フライパンに油をしき、玉ねぎ・なす・ピーマンとパプリカの順に炒め、①の鶏肉を入れ、Aを入れて絡める。

★夏の疲れが出る頃、酸味のあるおかずは食欲を増加させます。鶏は一度揚げた方が香ばしさが出ておいしいですが、炒めるだけでもOK! なすが苦手な場合は皮をむくと食べやすくなりますよ。

●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

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

vol.175
2024年
9月号

仲間と助け合えば子育て中でも できることはあるはず!

「みんなで楽しむ時間」をあなたがプロデュースしてみませんか?

ひなたぼっこは、みなさんが実際にひろばを利用して感じた「やってみたいな」「あったらいいな」を自分たちの手で実現できる場所です! 気軽に声をかけてくださいね!

子育て中だからこそ分かる、ひなたぼっこを知っているからこそニーズのツボが分かる、そんなピタッと当事者目線のアイデアをお持ちの方! 今はまだひなたぼっこにないものを、仲間を募って自分たちで創り出してみませんか? 子育てのヒントになる、親子で楽しめる、親の癒しになる...あなたの視点、小さな気づきがすべての原点になります。人材の募集や準備など、必要な作業はひなたぼっこも実施まで見守り・応援していきますので一回限りでも、期限のある活動でも、気軽にチャレンジできる場として ひなたぼっこを利用してもらえたら嬉しいです。



ひなたぼっこを飛び出して あうちを飛び出して 一緒に遊びましょ

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!

- 9月4日(水) マイコンコーポ二俣川広場 (私有地)
- 9月11日(水) 万騎が原公園
- 9月13日(金) 笹野台二丁目公園
- 9月20日(金) 本村町第一公園
- 9月26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)
- マイコ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6日(金) 左近山地域ケアプラザ
- 9月19日(木) 笹野台地域ケアプラザ
- 9月 **お休み** 南まきが原自治会館 (柏町 113-1)

毎月実施プログラム



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

- 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
- 実施日2週間前、各拠点で予約を受付けています
- 空きがある場合は、当日の利用も可能です
- 予約している方は、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	9月13日(金) 25日(水)	10:00~11:30	9月5日(木) 19日(木)	10:00~11:30
	10月11日(金) 23日(水)	各4組	10月3日(木) 17日(木)	各4組
育児のこと、お子さんの発達のことなど				
管理栄養士	9月3日(火)	10:00~11:30	9月20日(金)	13:30~15:00
	10月1日(火)	各8組	10月18日(金)	各8組
離乳食など、お子さんの食事・栄養面など				
助産師	9月10日(火)	13:30~15:00	9月25日(水)	10:00~11:30
	10月22日(火)	各8組	10月23日(水)	各8組
産後の体のことや卒乳・母乳の悩み、お子さんの体重など				
保育・教育 コンシェルジュ	—	10:00~11:30	9月13日(金)	10:00~11:30
	—	各8組	—	各8組
さまざまな保育サービス等について				
保健師	—	—	—	—
	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

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

9月の出張相談

11日(水)10:00~12:00 おもちゃ文庫
サポートセンター連内(柏町)

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 9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下車1分
TEL 045-442-3886 FAX 045-442-3896

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 休館日	3 専 管理栄養士相談	4 専 そとあそび マイナーポ二俣川広場	5	6 出 出張ひろば 左近山地域ケアプラザ 予約開始 10:00~ 9/20 離乳食講座	7
8 休館日	9 休館日 Babyマッサージ	10 専 助産師相談	11 専 そとあそび 万騎が原公園 赤ちゃんサロン	12 予約開始 9/25 公認心理師	13 専 そとあそび 笹野台二丁目公園 専 公認心理師相談	14 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制
おたんじょうび週間						
15 休館日	16 休館日	17 休館日	18 予約開始 10:00~ 8/6 管理栄養士	19 出 出張ひろば 笹野台地域ケアプラザ	20 専 そとあそび 本村町第一公園 離乳食講座	21
22 休館日	23 休館日	24 休館日	25 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 8/14 赤ちゃんサロン	26 専 そとあそび 鶴ヶ峰公園 Come on! ベイビー 対象: 生後 9~11ヶ月	27 予約開始 10:00~ 10/11 公認心理師	28 ぶれパパ・ぶれママ講座
29 休館日	30 休館日	1 専 管理栄養士相談 予約開始 10:00~ 10/15 からだをつかってあそぼう	2 専 そとあそび マイナーポ二俣川広場	3 救命救急講座 プログラム実施のため、ひろばは利用は 13:00 からになります	4 出 出張ひろば 左近山地域ケアプラザ	5 予約開始 10:00~ 10/26 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 9/11(水) 10:15~11:30

予約受付: 8月28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。

がんばらナイ♪ 離乳食づくり講座 9/20(金) 10:00~11:30 ~初期キホン編~ 二俣川

予約受付: 9月6日(金) 10:00~ 定員: 5組
「初めて」の不安を解消しましょう♪ 電子レンジ、炊飯器、耐熱のポリ袋などを上手に使った調理のコツなどご紹介しながら、実際に味見したり、食感を確かめたりしながら、今日から使えるヒントをいただいちゃいましょう!
対 象: 3ヶ月~6ヶ月のお子さんのママ・パパ
持ち物: 飲み物、おてふき、母子手帳
あれば「横浜子育てガイドブック どれどれ」
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

初期編では「にんじん」(ペースト~舌でつぶせる硬さ)を試食付きでご紹介します

これから両拠点それぞれで『完了期アレンジ編』と『初期キホン編』を実施予定です 日程等はチラシやHPをご覧くださいね

Come on! ベイビー 二俣川 9/26(木) 14:00~15:00

月齢が同じくらいの親子と交流したい。いつ行ったらほかの親子に出会えるか分からない。そんな0歳親子の皆さん、仲間づくりをしに来ませんか?
9月の対象: 生後9~11ヶ月のお子さんとママ・パパ
♥プログラムの対象月齢ではないBabyは、この時間だけ別に用意したスペースでお過ごしいただくか、この1時間を避けてご利用ください
♥授乳コーナーはどなたでも利用できます
♥1歳以上のご兄弟は赤ちゃんひろばへの入場はご遠慮いただいております

生後1~4ヶ月「5~8ヶ月」「9~11ヶ月」と、対象月齢を変えながら、毎月最後の木曜日に実施していきます。

プラレール・トミカ・プリオの寄付をお願いします

おうちに眠っているものがありましたら、ぜひご提供をお願いします。
レール類だけでも結構です。ひろばで大切にさせていただきます♪



親子でからだをつかってあそぼう 鶴ヶ峰 9/26(木) 10:30~11:30 二俣川 10/15(火) 10:30~11:30

予約受付: 鶴ヶ峰 9月12日(木) 10:00~ 定員: 8組
予約受付: 二俣川 10月1日(火) 10:00~ 定員: 10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: 鶴ヶ峰 6ヶ月~1才0ヶ月のお子さんと保護者
二俣川 6ヶ月~1才0ヶ月のお子さんと保護者
講 師: 公財日本レクリエーション協会 公認指導者 伊藤 恵美 先生

救命救急講座 「誤飲した時、ケガをしたときの応急処置について」

二俣川 10/3(木) 10:30~11:30 鶴ヶ峰 10/24(木) 10:30~11:30

予約受付: 二俣川 9月19日(木) 10:00~ 定員: 15組
鶴ヶ峰 10月10日(木) 10:00~ 定員: 10組

いざというとき、救急車を呼ぶ前や待っている間、自分たちに何ができるかな? どうしたらいいのかな? 様々なケースでの対処法を、近隣の消防署員の方に教えていただきます
協力: さちが丘消防署、旭消防署

♥二俣川会場/プログラム終了後はいったん閉館いたします
プログラムに参加しない方は13:00からの入館になります
♥鶴ヶ峰会場/研修室を使用しますので、ひろばは通常通り遊べます

ひなたぼっこの利用方法 二俣川 鶴ヶ峰

●7月から子育て応援サイト「バマト」WEB版がはじまりました。これまでの「横浜市子育て支援拠点サイト」に利用登録済みの方も、新規の方も、拠点サイトの(ログイン/アカウント登録)にバマトへのご案内が出ますので、必要な手続きをして、ひろばや預かりをご利用ください。
分らないことはスタッフに聞いてください



横浜市の拠点サイトはこちらから♪

登録方法は、ひなたぼっこのHPでもご案内しています

- ひろばの利用は予約不要です。
- プログラムの申込みは、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。
- 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。



ひなたぼっこ サテライト カレンダー 鶴ヶ峰 9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
1 休館日	2 休館日	3 予約開始 10:00~ 10月分 一時預かり	4 0才赤ちゃん集まれ~ 対象: 生後5~8ヶ月	5 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 9/19 公認心理師	6 はじめての歯みがき講座 予約開始 10:00~ 9/20 管理栄養士	7 中止 双子ちゃん・三つ子ちゃん あつまれ~
8 休館日	9 休館日	10	11 予約開始 10:00~ 9/25 助産師	12 予約開始 10:00~ 9/26 からだをつかってあそぼう	13 専 コンシェルジュ相談	14 ぶれパパ・ぶれママ講座 予約開始 10:00~ 9/28 きょうだい育児座談会
15 休館日	16 休館日	17 休館日	18 予約開始 10:00~ 10/2 0才赤ちゃん集まれ おたんじょうび会	19 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 10/3 公認心理師	20 専 管理栄養士相談 横浜子育てサポートシステム 入会説明会 予約制	21 パパDAY 予約開始 10:00~ 10/12 ぶれパパ・ぶれママ講座
22 休館日	23 休館日	24 休館日	25 専 助産師相談 予約開始 10:00~ 10/16 ぶれママおしゃべり会	26 専 そとあそび 鶴ヶ峰公園 からだをつかってあそぼう	27	28 きょうだい育児座談会 -パパ編-
29 休館日	30 休館日	1 予約開始 10:00~ 11月分 一時預かり	2 0才赤ちゃん集まれ~ 対象: 生後1~4ヶ月	3 専 公認心理師相談 予約開始 10:00~ 10/17 公認心理師	4 予約開始 10:00~ 10/18 管理栄養士	5 フラレールであそぼう

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。

子サボより... 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、事務局にて相談ください。045-442-3038

Babyマッサージ 二俣川 9/9(月) 10:30~11:30 鶴ヶ峰 10/22(火) 10:30~11:30

予約受付: 二俣川 8月27日(火) 10:00~ 定員: 10組
鶴ヶ峰 10月8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です
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
♥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



ぶれパパ・ぶれママ講座 鶴ヶ峰 9/14(土) 10:00~12:00 二俣川 9/28(土) 10:00~12:00 鶴ヶ峰 10/12(土) 10:00~12:00

予約受付: 鶴ヶ峰 8月24日(土) 10:00~ 定員: 6組
二俣川 9月7日(土) 10:00~ 定員: 4組
鶴ヶ峰 9月21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(ママ参加の場合)、飲み物



・パパのみ、ママのみ、お二人参加OK
・安定期(妊娠20~35週)の妊婦さんは参加できます

プラレールで遊ぼう 鶴ヶ峰 10/5(土) 10:00~11:30

広～い研修室で、パパもママも童心にかえってお子さんと遊びませんか!?
※このプログラムではプラレールに電池が入っています(=走ります♪)
※ひろばも通常通り開いています

予約不要 出入自由

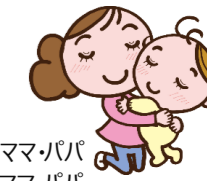
ぶれママおしゃべり会 鶴ヶ峰 10/16(水) 10:00~11:30

予約受付: 9月25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と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



0才赤ちゃん集まれ~! 鶴ヶ峰 B 9/4(水) 10:00~11:30 A 10/2(水) 10:00~11:30

予約受付: B 8月21日(水) 10:00~ 定員: 10組
A 9月18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! 気軽にご参加くださいな♪
対 象: 【9/4】B 生後5~8ヶ月の赤ちゃんとそのママ・パパ
【10/2】A 生後1~4ヶ月の赤ちゃんとそのママ・パパ



Aは「生後1~4ヶ月の赤ちゃん親子」
Bは「生後5~8ヶ月の赤ちゃん親子」が対象です。A→A→B→A→A→Bの順で1年間の開催します。

はじめての歯みがき講座 鶴ヶ峰 9/6(金) 10:00~11:00

予約受付: 8月23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
持ち物: あれば今使っている歯ブラシ



双子ちゃん・三つ子ちゃんあつまれ~ 鶴ヶ峰 9/7(土) 10:00~11:00

予約受付: 8月24日(土) 10:00~ 定員: 6組
多胎育児ならではの喜びや悩み、しゃべりに来てほしい話を聞けるだけで、ちょっと心が軽くなるかもしれません



きょうだい育児座談会 -パパ編- 鶴ヶ峰 9/28(土) 10:00~12:00

予約受付: 9月14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: きょうだい育児中の子育て中のパパ
ママ編は11月30日(土)開催予定です

