

### 子育て講演会報告～親も子どももありのまま～

2月27日(月)に瀬谷区子育て講演会があじさいプラザで開催されました。講師はEテレすくすく子育てにもご出演されているりんごの木代表柴田愛子先生。

大人からみれば困ったことでも、実は子どもの育ちに必然なことや、子どもの育つ力を信じて待つことの大事さなどたくさんエピソードとお話がありました。参加した方からは「これからの子育てが楽しみになりました」「自分のことを包み込んで肯定してもらった気がした」など、先生の楽しく温かい言葉に元気づけられる時間になりました。



### ひろばのご利用に関して

- 水分補給のみ可能です  
授乳と離乳食は、授乳室でどうぞ。
- 空気の入替えをしています
- ひろば混雑状況の表示をご覧ください  
ホームページ、せやまる建物入口(駐車場側)、にこてらす入口
- マスクの着用は個人判断にお任せします。

### 横浜子育てサポートシステム

子どもを預かってほしい方、子どもを預かることができる方が会員登録をして使えるシステムです。

詳しくはこちら



#### 入会説明会(参加無料)

個別での説明もできますのでご相談ください。

- 4日(火) 14:00～15:00 にこてらす研修室
- 21日(金) 10:00～11:00 にこてらす研修室
- 出張 26日(水) 10:00～11:00 ニッ橋地域ケアプラザ ※区役所となり

申込●電話または直接  
横浜子育てサポートシステム瀬谷区支部事務局  
電話 045-744-7207 (9:30～17:00)  
お子さん連れで参加いただけます。申込時にお伝えください。

### 地域いきいきタイム

4月から、地域で子育てを応援する方が、ひろばで活躍して下さる時間を「地域いきいきタイム」と称し「☺マーク」で中面カレンダーに掲載されます。地域の方との笑顔いっぱい時間がひろばの中で広がります。遊びに来てくださいね。

近所さんです  
ニッ橋保育園  
やター演奏♪



毎月お楽しみ!  
絵本の読み聞かせ  
グループ

出張にこてらす

予約不要・参加無料

お近くの方は、ぜひ遊びに来てね。  
にこてらすスタッフもいます。

下瀬谷地域ケアプラザ 多目的ルーム

4月25日(火) 10:00～12:00

### 子育て家庭の無料相談窓口

横浜子育てパートナー(利用者支援専任スタッフ)が、必要に応じた情報提供を行い、出口が見えるまで寄り添います。

対象■妊娠中から子育て中の家庭(ママ、パパ、祖父母世代もどうぞ)  
日時■火～土曜日 9:30～15:30

※祝日・年末年始・特別休館日を除く  
相談専用ダイヤル 045-744-5554

※中国語・ベトナム語の通訳をつけて相談することもできます。  
～出張相談～  
14日(火) 10:30～11:30 下瀬谷地域ケアプラザ  
21日(金) 10:00～12:00 ひろばネスト  
28日(水) 10:30～11:30 ひろばきりかぶ

### 瀬谷区地域子育て支援拠点にこてらす

「にこてらす」は、あなたの子育てが  
Happyになるよう応援します。  
ここでの過ごし方はあなた次第。  
おうちとは違う空間で  
子どもと開放的に遊んだり、  
のんびりとひなたぼっこしたり、  
たまにはグチをこぼしたり...  
みんなで子育てしましょう!

あそびにきてね。まってるっぴい～  
Welcome and meet new friends  
等候大家来这里一起游戏  
Hãy đến vui chơi, chúng tôi luôn đón chờ



## にこてらすのココ照らす

地域子育て支援拠点「にこてらす」ってどんなところ?  
今年、瀬谷区の乳幼児の子育てを応援するために行っている  
にこてらすの事業アレコレをご紹介します。

### ひろばの紹介(室内編)

遊べる空間の他にいろんな部屋があります。  
のんびり過ごすもよし。  
思い思いに遊ぶもよし♡

### あそびの広場

妊娠期から未就学の子どもとそのご家族が交流したり、遊んだりできます。子育て相談、子育て情報の提供もあります。  
初回利用登録後、無料で利用できるよ♪  
子どもの月齢に合わせたプログラムもあります。参加してみてね。  
※外国人ファミリーの子育ても応援!! 中国人、ベトナム人のスタッフもいるよ♡

### はいはい広場

ねんねやはいはいの時期の赤ちゃんが主役のスペースで、和やかな雰囲気でお話ができます。授乳と離乳食は授乳室でどうぞ。おもちゃ替え台、スケールもあるよ。



### 森の図書室

絵本や紙芝居、育児書、雑誌や料理、手芸本などがあり、地域の方々もご利用出来ます。ボランティアさん手作りの専用手提げに入れて貸出OK。使ってね。

### 研修室

プログラムでの利用だけでなく、様々な地域の子育てサークル活動、利用者同士の集まり、子育て支援に関わる研修などの場として利用できます(要登録)。床にプレイマットが敷いてあり、おもちゃも備わっているため、お子さんも飽きずに遊ぶお部屋になっています。

### 子育ての悩み... 子育ての悩み...

#### 子育ての悩みに効くちょっとしたヒント

子育ての正解は一つではありません。自分なりの子育てを楽しめるよう、ちょっとした「コツ」をご紹介します。

やることがたくさんあるのに進まない。  
子どもは気ままにマイペース イライラ!!

#### 環境を整えよう

やることが進まない → 予定をつめこみすぎない  
麦茶をこぼそう!  
→ カーペットを外す・レジャーシートを敷く  
危険なものに興味津々!  
→ ゲートを設置、さわられない場所に置く

## にこてらす インフォメーション

045-391-8316

開館時間●火～土曜日 9:30～15:30  
休日●日曜日、月曜日、祝日、施設点検日等と、  
月曜日が祝日及び振替休日の場合は翌火曜日もお休みです。  
対象者●妊娠中やその家族、未就学のお子さんと保護者、  
地域の子育てを応援したい人  
利用料●無料 利用には登録が必要です。  
住所●〒246-0021 横浜市瀬谷区ニッ橋町469  
TEL●045-391-8316 FAX●045-391-8447  
メール●info@nico-t.jp URL●http://nico-t.jp

ひろばの様子を  
更新中だっぴ!

三ツ橋南口商店街  
ミックルUDプロジェクトに賛同しています。

Facebook @nicopy8316  
Instagram @nicopy8316

アクセス●  
電車の場合... 相鉄線三ツ橋駅から健脚な方で徒歩12分  
お車の場合... 駐車場台数に限りがありますので、できるだけ公共機関をご利用ください。

「にこてらす」はNPO法人さくらんぼが瀬谷区から受託して運営しています。



- ① 申し込みが必要なプログラムです。☎045-391-8316か「にこてらす受付カウンター」に直接お申し込みください。当日でも、空きが出れば先着順で参加申し込みが出来ます。
- ② 研修室 研修室で実施するプログラムです。ひろばは通常通り利用できます。
- ③ にこポンテ 自閉症、発達障がい、ダウン症などのお子さんを持つ先輩ママが、豊富な経験と知識で相談に応じます。
- ④ 我们这里有会中文的工作人员 (中国語を話せる上海出身のスタッフがいます。)
- ⑤ There are staff who can speak simple English.(簡単な英語を話せるスタッフがいます)
- ⑥ Có nhân viên người Việt Nam (ベトナム出身のスタッフがいます。)
- ☺ 地域いきいきタイム 子育てを応援する地域の方が活躍する時間です

火	水	木	金	土
3/28 T	3/29 中 E T	3/30 にこポンテ 中 E T	3/31 中 E	1 中 E
4 中 E T ① 子育てサポートシステム 入会説明会 14:00~15:00	5 中 E T 手形・足形アートで こいのぼりを楽しく つくろっど	6 にこポンテ 中 E T	7 中 E T 4/8まで にこてらす♡あいてらす月間 ※詳しくは右面へ	8 中 E T ① プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00 ② おもちゃ病院 10:00~15:00
11 中 E T	12 中 E 防災こいのぼりづくり 13:30~	13 にこポンテ 中 E T ② 10:00~14:00	14 中 E T ① 初めてにこタイム 10:15~11:15	15 T
18 中 E T ① 臨 9:30~12:00 4月生まれの お誕生日の集い 11:45~12:00	19 中 E 消防士さんが来るよ! 13:30~14:30	20 にこポンテ 中 E T ニッポン橋保育園の お楽しみタイム 11:45~12:00	21 中 E T ① 子育てサポートシステム 入会説明会 10:00~11:00 ② 1歳児の わいわいトーク うちの子育てみんなの子育て 10:10~11:00	22 中 E T ① プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00
25 中 E T よみかぜグループ はらっぱの会 11:45~12:00	26 中 E T	27 にこポンテ 中 E T 育 9:30~11:30	28 中 E T ① 助産師と話そう! 産前産後トーク&ヨガ 10:00~11:30	29 T 休館日 昭和の日

ひろばで気軽に専門家に相談できます

妊婦さんもどうぞ

管理栄養士

管理栄養士さんが離乳食のすすめ方や、メニューの相談にのってくれます。

臨床心理士

子育て中のネガティブや思いや悩みを、心の専門家に相談できます。個別相談・要予約  
※予約相談は初めての方、優先になります。  
①9:45~10:30 ②10:40~11:25  
上記以外に、ひろばでフリーにご相談いただけます。

育児支援専任保育士

子育ての心配事、保育園についてのギモンなどなど、瀬谷区の保育士さんに気軽に相談ができます。

掲載されているプログラムは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、変更・中止・延期となる場合があります。参加される際は事前にホームページや電話でご確認ください。

にこてらす♡あいてらす月間 展示中

～病気や障がいがあっても、みんな大切な子どもたち～

様々な想いが出会う場であるにこてらすに、何が出来るか考えて、啓発月間を実施しています。はいはい広場に、啓発ポスターや家族の会のチラシなどを掲示しています。ぜひご覧ください！  
4/2♡「世界自閉症啓発デー」 4/2～4/8♡発達障害啓発週間

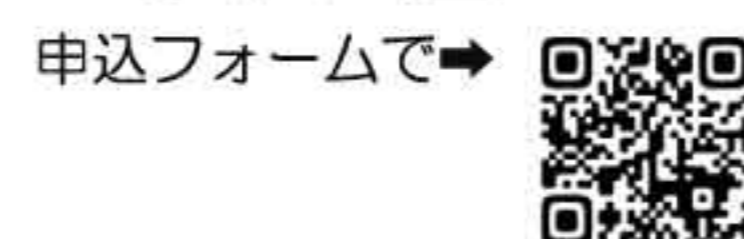
ふれまま ふれぱぱ きてみて体験!

- ①8日 (土) 10:00～12:00
- ②22日 (土) 10:00～12:00

にこてらすに遊びに来ている親子と触れ合ったり、赤ちゃん人形で沐浴をしてみたり、ベビーとの生活をちょっとだけ体験してみませんか?  
講師●助産師など  
対象●これから赤ちゃんを迎えるご家族 (お一人での参加も大歓迎!)



定員●4組  
申込●☎①3/18 (土)～ ②4/1 (土)～



はじめてにこタイム

14日 (金) 10:15～11:15

にこてらすは、初めて遊びに来る親子をいつでも歓迎しています♪でも、初めてはドキドキしちゃう方、引越してきたばかりで地域情報が知りたい、行ききかけがないなあという方には「初めてにこタイム」がオススメ!おしゃべりしながら情報交換しませんか?

対象●初めてにこてらすを利用する方  
定員●4組  
申込●☎受付中 でんわしてください



※新規登録のため、なるべく10:00までにお越しください  
次回は5/9 (火) 申込は4/18 (火) から でんわしてください

おもちゃ病院@にこてらす

8日 (土) 10:00～15:00

事前申込みした上で、当日までにおもちゃを持参して下さい。  
受付数●おもちゃ15個まで (1家族2個まで)  
申込●☎3/18 (土)～4/5 (水)まで  
でんわしてください



～GWのお知らせ～



5月2日と6日は開いてるよ! 遊びに来てね!

1歳児のわいわいトーク

うちの子育て みんなの子育て  
21日 (金) 10:10～11:00

メキメキと成長する子どもたち…。うれしい反面、戸惑うことも増えてきますね。「みんなはどうしてるの?」誰かの子育てが、あなたの子育てのヒントになるかも。みんなでトークしよう。

対象●1歳児のいるご家族  
定員●5組  
申込●☎3/31 (金) から  
でんわしてください



助産師と話そう! 産前産後トーク&ヨガ  
28日 (金) 10:00～11:30 研修室

出産をこれから迎えるプレママさん、出産を終えて子育て奮闘中のママさん、ヨガで身体をほぐしませんか?助産師を交えて、みんなでおしゃべりタイムを過ごしましょう!

講師●助産師 森内幸美  
対象●妊婦さんや6か月までのお子さんとママく母子同室  
持ち物●バスタオル ※動きやすい服装で来て下さい  
定員●6組  
申込●☎4/7 (金) から でんわしてください

防災こいのぼりづくり  
12日 (水) 13:30～

こいのぼりを手形や足形でペタペタしてつくります! ぜひ、参加してください。



にこてらすに消防士さんが来るよ!

19日 (水) 14:00～15:00

つくったこいのぼりを瀬谷消防署の消防士さんがお庭に泳がせてくれます。 ※雨天の時は20日 (木)

