

～休日子どもと一緒に～ パパ講座



現役パパ講師が経験談も交えレクチャーします
9月10日(日) 子育てははじめの一步&体を使った遊び
10月8日(日) 子どもにウケる! 絵本の読み聞かせ&
仕事×子育て両立方法

11月12日(日) イライラしない子育て
夫婦のパートナーシップ

時間: 10:30 ~ 12:00 (3回とも)
対象: 0歳から未就学児のお子さんとパパ
定員: 15組 (先着順)
会場・申込: ニッ橋第二地域ケアプラザ
045-360-7855

3回連続講座ですが、難しい場合は1回のみ受講も可能です。

ひろばのご利用に関して

- 12:00 ~ 13:00 はランチタイムです
(離乳食は、いつでもとることができます)
●空気を入れ替えをしています
●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。



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。

5日(火) 10:00 ~ 11:00 にこてらす研修室
29日(金) 14:00 ~ 15:00 にこてらす研修室

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。

出張キャリアカウンセリング

育休中の方もそうでない方も
色々なライフプランの悩みにお答えします

10月3日(火)
①10:00~10:40 ②11:00~11:40 ③13:00~13:40

対象: 未就学児を子育て中の女性3人
お子さん連れで参加できます。
相談員: 男女共同参画センター横浜 キャリアコンサルタント

9/5(火)
先着順
受付開始

育休後の育児と
仕事の両立について
相談したい。



子育てが
落ち着いたら、
仕事復帰したい

出張にこてらす
お近くの方は、ぜひ遊びに来てね。
にこてらすスタッフと
地域の人で待っています。
12(火) 10:00 ~ 12:00
下瀬谷地域ケアプラザ びりびり遊び
19(火) 10:00 ~ 11:30
阿久和地域ケアプラザ 集団生活前後の
いろいろ聞いてみよう

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～

8日(金) 10:30 ~ 11:30 下瀬谷地域ケアプラザ
15日(金) 10:00 ~ 12:00 ひろばネスト
29日(金) 10:30 ~ 12:00 ひろばきりかぶ(要予約)

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



三ツ橋南口商店街
ミツクルUDプロジェクトに賛同しています。



にこてらす HP

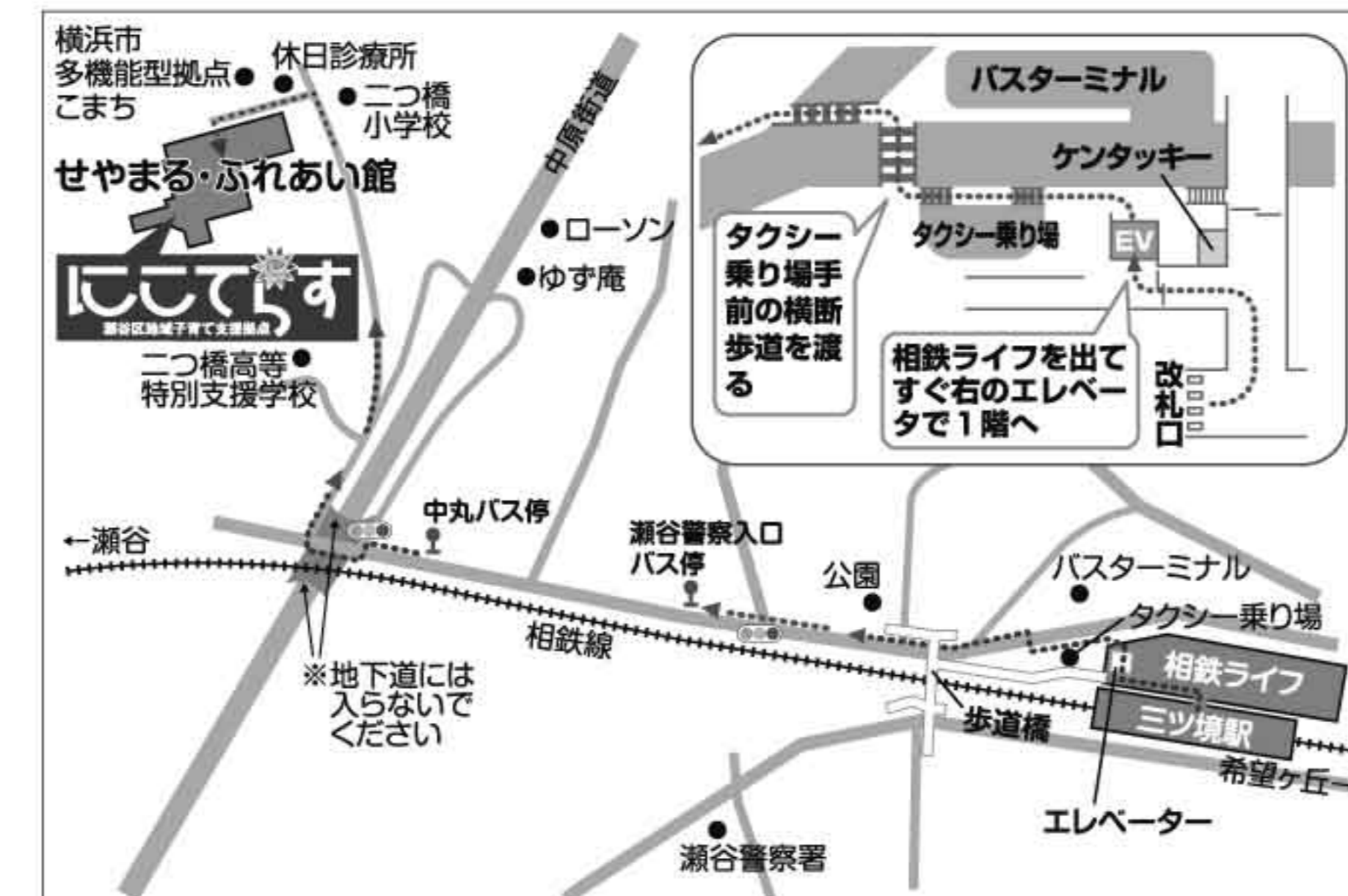


facebook



Instagram @nicoppy8316

アクセス●
電車の場合...相鉄線三ツ橋駅から徒歩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。

瀬谷区地域子育て支援拠点にこてらす

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」は、あなたの子育てが
ハッピー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!



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?

今年は、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。

親と子のひろば その他編

外国につながる親子も
地域と一緒に育ちあうための
さまざまな取組をご紹介します

プログラムにおいでよ!

ワールドファミリー day
ゆかたを着て写真を撮ろう

ゆかたは なつの きものです。
なつの まつりで きるひとが おおいです。
ゆかたを きて しゃしんを とりましょう。



9がつ20にち(すいようび)
11:00 ~ 12:00 (うけつけ 10:45 ~)
たいしょう: がいこくに つながりが ある ふぁみりー 20くみ
★ゆかたは あります(すきな がらを えらべます)
★ていーしゃつを きて れぎんすを もって きてください。
もうしこみ: なし おかね: 0えん
きょうさい: つうやく・ほんやく・ぐるーぷ かむおん・しえしえ



つうやく ほんやくぐるーぷ かむおん しえしえ ほーむ ペーじ
←通訳・翻訳グループ カムオン・シエシエのホームページ

ひろばにおいでよ!

- ★外国語(中国語、ベトナム語、簡単な英語)を話せるスタッフがいます。
★翻訳アプリのタブレットがあります。
★外国人のための情報コーナーがあります。



外国語の絵本があります



日本語を学ぶ人のために研修室の貸し出しも行っていきます。

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。

～主張を引き出す～

「おきがえしなさい!」

「シャツとズボン、どっちからはく?」

子どもが選んだことは

必ずその通りにしてあげることが大切です。





- 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、空きがあ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 発達障がい、重症心身障がい等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。)
- ⑦ 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
29 ④ E T	30 よみかかせグループ はらっぱの会 11:45~12:00 ① ② ③ ダウン症等のある 乳幼児ちゃんとその家族の ゆったり時間 13:00~14:30 ④ AM	31 ③ にこポンテ ④ E T	1 ※地震を想定した避難 訓練を実施します。ご 協力をお願いします。 ④ E	2
5 ① ② ③ 子育てサポートシステム 入会説明会 10:00~11:00 ④ E T	6 ④ E	7 ③ にこポンテ ④ E T	8 ④ E AM	9 ① ② ③ 初めてにこタイム 10:15~11:15 ④ パパ講座 10日(日) 10:30~12:00 ※詳しくは裏面をご覧ください
12 ② 2歳児の ③ わいわいトーク 10:10~11:00 ④ E T	13 よみかかせグループ 風の会 11:45~12:00 ④ E	14 ③ にこポンテ ④ E T	15 ④ E	16 ① ② ③ プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00 ④ E
19 休館日 敬老の日 ④ E T	20 ワールドファミリーDAY 11:00~12:00 ニッ橋保育園 おたのしみタイム 11:45~12:00 ① ② ③ 40代からのしゃべり場 13:15~14:15 ④ E	21 ③ にこポンテ ④ E T	22 ① ② ③ 助産師と話そう! 産前産後トーク 10:15~11:00 ④ E	23 休館日 秋分の日 ④ E
26 9月生まれのお誕生日の集い ① 11:45~12:00 ② 15:00~15:15 ④ E T	27 子育て世代の健康チェック 10:00~12:00 ① ② ③ やこ先生の プチリトミック♪ 11:45~12:00 ④ ⑤ ダウン症等のある 乳幼児ちゃんとその家族の ゆったり時間 13:00~14:30 ⑥	28 ③ にこポンテ ④ E T	29 ④ E	30 ① ② ③ プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00 ④ E

### ひろばで気軽に専門家に相談できます

無料。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想いや悩みを、心の専門家に相談できます。個別相談  
※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。  
要予約 でんわしてください

### 薬剤師

薬剤師さんにお薬の飲み方や、塗り薬の使い方、お薬に関する相談ができます。

### 保育・教育コンシェルジュ

保育所、幼稚園に関する相談が、子どもを遊ばせながら気軽にできます。

できでみすあそ 9/9(土)までの外気温  
28℃以上で適した天候時。

AM①10:00~10:50 ②10:55~11:45  
PM①13:00~13:50 ②13:55~14:45

持ち物●バスタオル、着替え  
シャツとパンツ、または水遊び用の紙おむつ等を着せてください。

### 初めてにこタイム 9日(土) 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には「初めてにこタイム」がオススメ!初めてさん同士、おしゃべりして過ごしてみませんか?

対象●初めてにこてらすを利用する方  
定員●5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

### 2歳児のわいわいトーク

### 12日(火) 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。

※にこサポーターによる子どもの見守りあり  
対象●2歳児のいるご家族  
定員●5組  
申込●☎受付中 でんわしてください

### プレママ&プレパパ きてみて体験!

- ①16日(土) 10:00~12:00
- ②30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●①受付中 ②9/9(土)~

↑申込フォーム

### 40代からのしゃべり場 20日(水) 13:15~14:15

高齢出産が珍しくない時代。自分と同世代のママに出会うチャンス!子育ての楽しさや悩み、自分自身のことなど気軽に話してみませんか。

対象●40歳以上で0~3歳児のいるママ  
定員●7組  
申込●☎8/30(水)から でんわしてください

5月よりランチタイムが再開!  
12:00~13:00はランチが食べられます。  
昼ごはんもって遊びにきてね  
離乳食はいつでもOK

### 助産師と話そう!産前産後トーク 22日(金) 10:15~11:00

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、みなでおしゃべりしましょう!

講師●助産師 小沼夕佳  
対象●妊婦さんや産後6か月までのママ  
定員●6組  
申込●☎9/1(金)から でんわしてください

### 子育て世代の健康チェック

### 27日(水) 10:00~12:00

つい自分のことは後まわし。そんなアナタ、ひろばで健康チェックを!野菜摂取量や骨密度測定等を実施します。

講師●健康づくり係 保健師  
申込●木夏

### ダウン症等のある乳幼児ちゃんと 家族のゆったり時間

### 27日(水) 13:00~14:30

※外出が難しい方はオンライン参加も可能です。  
詳細・申込はこちら→

### 初めてにこタイム 10月11日(水) 10:15~11:15

お友達作りや、遊びに来るきっかけに参加しませんか?  
対象●初めてにこてらすに来る親子  
定員●5組  
申込●☎9/20(水)から でんわしてください

### おもちゃ病院@にこてらす 10月14日(土) 10:00~15:00

事前申し込みをした上で、当日までにおもちゃを持参してください。見学大歓迎!  
対象●未就学児のいるご家庭  
定員●おもちゃ15個まで(1家族2個まで)  
申込●☎9/22(金)~10/11(水)まで でんわしてください