

にこてらす①

～赤ちゃんも外でのんびり～
子育て応援イベント
「きて！みて！して！」

みんなであそぼう」報告

10月に瀬谷区内4か所の公園で、地域の方と公園遊びイベントがありました。全部で266組643人の親子が、しゃぼん玉や段ボールあそび、それぞれの公園らしい外遊びを楽しみました。お子さんと一緒にのんびりおさんぽしてみよう～色んな驚きや発見、出会いがあるかも♪



にこてらす②

学生さんの実習受け入れしてます！

にこてらすでは、高校生や大学生、専門学校生の実習の受け入れを行っています。今年、初めて県立瀬谷支援学校の高等部2年生3名が4日間の実習を行いました。初日緊張していた生徒さんたちも、最終日にはひろばの子どもたちとお別れを惜しむ姿が印象的でした。これからもたくさんのお学生さんたちがひろばに入ります。「子どもたちの元気にびっくり！」「自分の親も小さい頃こうしてくれたんだな」親子との交流でいろいろな気づきがうまれています。



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。

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。

- 5日(火) 13:00～14:00 にこてらす研修室
- 13日(水) 10:00～11:00 ニッ橋地域ケアプラザ ※区役所そば
- 20日(水) 10:00～11:00 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。

にこてらす③

ワールドファミリーデー おいもほり

日本人ファミリーを含む6か国8家族が参加し、上川井幼稚園の協力を得て実施しました。さつま芋ほりの後はお庭で遊んだり、英語での交流が盛り上がっていました。



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と地域の人で待っています。

阿久和地域ケアプラザ共催
19(火) 10:00～11:30
リトミック・クリスマス
クリスマスツリーを皆で飾ろう

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) 10:30～12:00 ひろば「きりかぶ」(要予約)
15日(金) 10:00～12:00 ひろばネスト

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
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
こ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！

おいでよ！
にこてらす
2023
12月号
Welcome 歓迎 Chào mừng

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。

にこてらすの
ココ照らす

子育てパートナー編 無料

妊娠中や子育て中の悩みに面談や電話で個別相談をお受けします。必要な情報お渡ししたり、適切な支援機関に繋ぐなど、出口が見えるまで寄り添います。

出張相談

区内にあるつどいの広場(ひろばネスト、ひろば「きりかぶ」)、下瀬谷地域ケアプラザ フリーひろばにも出張して相談を受け付けています。日程、場所は「おいでよ！」裏面でお知らせしています。

瀬谷区で育ち、3人の息子の子育てをしてきました。皆さんの子育てを応援します。子育てパートナー 竹花

ひろば「きりかぶ」での出張相談

がいこくごで…

がいこくじんすたっふが そうだんのつうやくをしてくれるのであしんです。(えいご、べとなむご、ちゅうごくご)

ひろばで…

ひろばや庭で子どもを遊ばせながら相談できます。「うちの子の成長、他の子と違う？どこに相談したらいい？」「夫(妻)に理解してもらえずイライラ…」「子どもを預かってほしいけどどうしたらいい？」「生活が苦しいけど誰にも相談できない」などお気軽にお声かけ下さい。

相談室で…

プライバシーに配慮し、相談室でも相談できます。

子育ての悩みを
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。

「しかり方」がわからない！
まず、こどもの話をきいてみる。
「イヤだったんだね」「○○したかったんだね」

理由がうまく言えなくて、泣いたりひっくり返ったり、物を投げたりすることもあります。「どうしてそうしているのか」まずは理由を考えてみましょう。こどもの気持ちを言葉で表すと、聞く耳をも持ってくれるようになります。

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お保護者、
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 横浜市瀬谷区二ツ橋町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！

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。



- 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。
- 📖 **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。
- 📖 **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。
- 📖 **中** 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。)
- 📖 **E** 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)
- 📖 **T** 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
28 中 E T	29 中 E	30 にこポンテ Xmas 工作 12/1~23 まで オーナメントにもなる クリスマスカードを作ろう! 中 E T (PM)	1 中 E せやまる・ふれあい祭り 10:00~14:00 研修室で、妊婦体験や幼児の視界を体験できます。 ひろばは通常開館します。	2 中 E
5 中 E T ① 子育てサポートシステム 入会説明会 13:00~14:00	6 中 E	7 にこポンテ 中 E T (PM)	8 中 E ① 初めてにこタイム 10:15~11:15 ② やこ先生の プチリトミック♪ 11:45~12:00	9 中 E 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
12 中 E T ① 2歳児の わいわいトーク 10:10~11:00	13 中 E 西部地域療育センター 相談デー 10:00~12:00	14 中 E T にこポンテ ① 10:00~14:00	15 中 E	16 中 E
19 中 E T ① 臨 9:30~12:00	20 中 E ① 子育てサポートシステム 入会説明会 10:00~11:00 ② ニッ橋保育園 おたのしみタイム 11:45~12:00 ③ 40代からのしゃべり場 13:15~14:15	21 中 E T (PM) ① ミュージックベル にじ 11:30~12:00	22 中 E ① 助産師と話そう! 産前産後トーク&ヨガ 10:00~11:30 12月生まれのお誕生日の集い ① 11:45~12:00 ② 15:00~15:15	23 中 E ① プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00
26 中 E T ① よみかかせグループ はらっぱの会 11:45~12:00	27 中 E ① 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	28 中 E T (PM) にこポンテ ① 育 9:30~11:30	29 中 E 休館日 12月29日(金)~ 1月3日(水)	30 中 E 休館日

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

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。

12/2(土)は、せやまる・ふれあい ふくしまつりです。
にこてらすは通常通り開館しています。
研修室で妊婦体験、子どもの目線体験ができ、フォトスポットラリーもやっています。
※**駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。**

初めてにこタイム

8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
① 12/12(金) 申込は12/22(金) から

プレママ&プレパパ きてみて体験!

①9日(土) 10:00~12:00

②23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 ②12/2(土)~
③ 12/2(土) 申込は12/23(土) から

2歳児のわいわいトーク

12日(火) 10:10~11:00

「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

① 12/12(金) 申込は1/6(土) から

横浜市西部地域療育センター相談デー

13日(水) 10:00~12:00

*ひろばでフリーにご相談いただけます。

子どもの発達、気になるけど『相談したほうがいいのかな?』『様子見て大丈夫?』などソーシャルワーカーに相談できます。

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しゃべりませんか?

対象●40歳以上で0~3歳児のいるママ
定員●7組
申込●☎11/29(水) 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

22日(金) 10:00~11:30

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?そのあとはみんなでおしゃべりタイム!

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ください
定員●6組
申込●☎12/1(金) から でんわしてください

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➡



地域いきいきタイム

おもちゃ病院@にこてらす
9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●☎11/18(土)~12/6(水)まで でんわしてください

にこてらす おそうじ week
22日(金)~28日(木) 14:00~

1年間お世話になったお気に入りのおもちゃや本棚...みんなできれいにしませんか?
にこてらすを愛してくれているみなさんおまちしてます♥

予告

初めてにこタイム

1月12日(金) 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●☎12/22(金) から でんわしてください