

にこてらす① **ワールドファミリー DAY**  
**横浜の子育てを話そう!**

**9月24日(火)10:00~11:30**  
子育てで、困ったこと、うれしかったこと、わかってほしいことをみんなで話しましょう。  
★やさしい日本語で話します。  
★英語、中国語、ベトナム語、スペイン語、韓国語を話せるスタッフがいます。  
みなさんから聞いた意見は「横浜市子ども・子育て支援事業計画」のために、横浜市に伝えます。  
対象●0~18歳までの子どもを育てている  
外国につながる家族と、外国人の子育てをサポートしたい人 12組  
申込●9/18(水)までに申込フォームから→



にこてらす② **学生♡子育て親子との出会いの場**

にこてらすはボランティアや実習の学生受け入れを行っています。お兄ちゃん、お姉ちゃんがひろばで遊んでくれると、子どもたちは目がキラキラ。ひろばに来てくれる目的はさまざまですが、「子どもって面白い!でも大変!」「親ってすごいなあ」などの声が。ママやパパと学生さんの会話がうまれたり、交流の場になっています。



夏休みは単人高校の学生や小学生が来てくれました

**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)**

3日(火)10:00~11:00 にこてらす研修室  
出強 5日(木)10:00~12:00 親子のひろば まんま(1階)  
出強 11日(水)11:00~12:00 こどもログハウス「まるたのしろ」  
出強 19日(木)10:30~11:30 つどいの広場「ほっとスペース」  
25日(水)13:00~14:00 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。  
個別での相談もできますのでご相談ください。

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。  
予約不要・参加無料  
6(金)10:00~12:00 橋戸南町内会館 親子ヨガ (橋戸3-20-1) ※動きやすい服装、大きめのバスタオル  
17(火)10:00~11:30 阿久和地域ケアプラザ 絵本のじかん

**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~  
13日(金)10:30~12:00 下瀬谷地域ケアプラザフリーひろば  
20日(金)10:00~12:00 ひろばネスト  
27日(金)10:30~12:00 ひろば「きりかぶ」(要予約)

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!

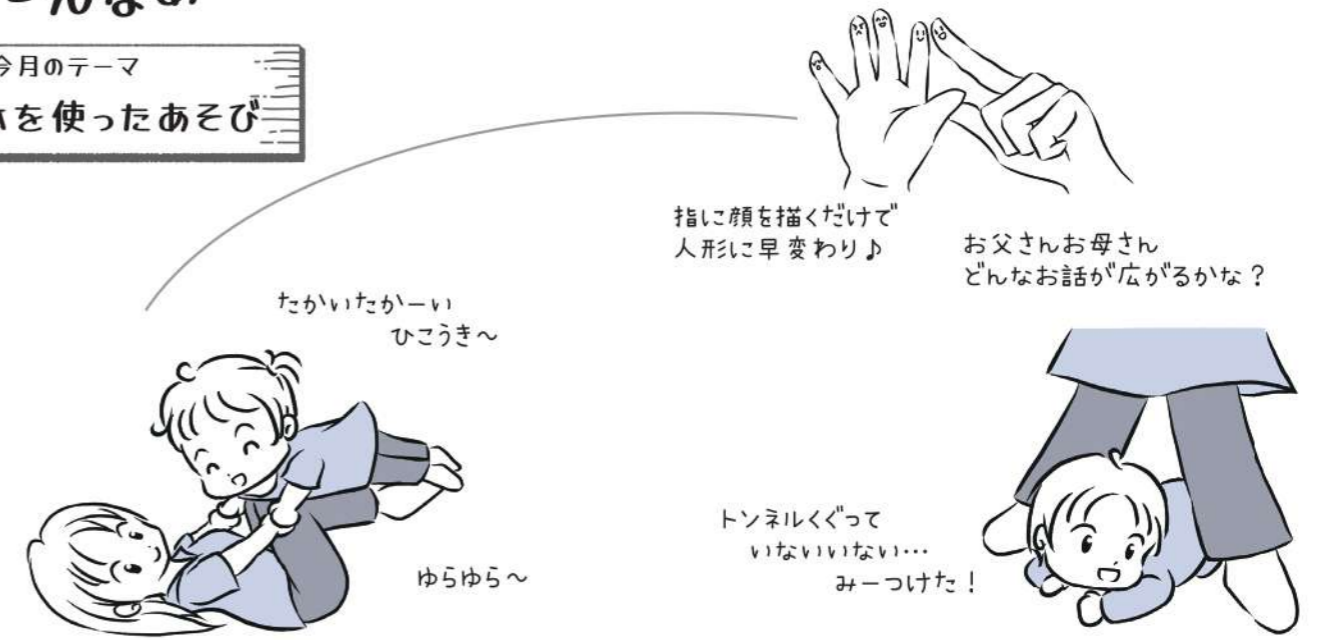
「にこてらす」は、あなたの子育てがHappyになるよう応援します。ここでの過ごし方はあなた次第。おうちは違う空間で子どもと開放的に遊んだり、のんびりとひなたぼっこしたり、たまにはグチをこぼしたり...みんなで子育てしましょう!

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  
Vamos a jugar  
Hãy đến vui chơi, chúng tôi luôn đón chờ  
あそびにきてね

おいでよ! にこてらす 2024 9月号 Chao mung Welcome 欢迎

正しい遊び方? そんなの無いよ。子どもに教えてもらおう楽しいこと!  
今年、いろんな遊びをご紹介します。

今月のテーマ  
**体を使ったあそび**



**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

アクセス●  
電車の場合...相鉄線三ツ境駅から徒歩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委託して運営しています。

ひろばのこえ  
ひろばで聞かれる声...  
こんな考え方もあるかな?  
参考にしてみてくださいね

思い通りにならないと、かんしゃくがひどくて... どうすればいいの?

子どもは自分の気持ちを上手に伝えることができないので、「〇〇が嫌だったんだよね」等、子どもの気持ちを言葉にして(代弁して)伝えてみるのも良いですよ。それでもなかなか収まらないときは、気分をかえてお外に行ったり、抱っこしたりスキンシップを取りながら、落ち着くまで待つことも大切です。イライラしてしまったら、近所の「親と子のつどいのひろば」に話に来てください!少しは気持ちが軽くなると思いますよ。ひろばは何でも話せるそんな場ですから!  
中屋敷保育園 育児支援センター 城所先生より

**せやであそぶ**  
つどいの広場 ほっとスペース (三ツ境 88-5)  
まるで実家に帰ったようにのんびり過ごせる畳敷きの広場。季節のイベントやベビーマッサージや、お話し会、親子体操など成長に合わせたプログラムも開催しています。主任児童委員、子育て支援者を兼ねたスタッフもいるので相談も安心してどうぞ。気軽に玄関の扉を開けて遊びにいらしてね!  
月~土(祝日は除く) 10:00~16:00  
詳細はHPをご覧ください

# 9月 にこてらす カレンダー

**にこボンテ** 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。

**保** 保育士がいます。  
**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)  
**S** Tenemos personal que habla Español. (スペイン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
3 ④ 子育てサポートシステム 入会説明会 10:00~11:00  中 E T	4 ※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。  中 E	5 <b>にこボンテ</b> 薬 10:00~14:00 ④ 初めてにこタイム 10:15~11:15 中 E S	6 ④ 発育・発達が ゆっくりさんの ママのおしゃべり会 10:00~12:00 中 E 保	7 中 E S
10 中 E T	11 中 E	12 <b>にこボンテ</b> 薬 10:00~14:00 中 E S	13 中 E 保	14 ④ プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00 パパ講座 16日(月・祝) 10:30~12:00 ※詳しくは右上をご覧ください 中 E S
17 休館日 敬老の日の 振替休日 中 E T	18 ④ 歯科衛生士による お口の健康相談デー 10:00~11:00 ④ 40代からのしゃべり場 13:15~14:15 中 E	19 <b>にこボンテ</b> ④ 臨 9:30~12:00 ニッ橋保育園の お楽しみタイム 11:45~12:00 中 E S	20 中 E 保	21 中 E S
24 休館日 秋分の日の 振替休日 ワールドファミリーDAY 横浜の子育てを話そう 10:00~11:30 詳しくは裏面にトビへ 中 E T	25 やこ先生の フチリトミック 11:45~12:00 ④ 子育てサポートシステム 入会説明会 13:00~14:00 中 E	26 <b>にこボンテ</b> コ 9:30~11:30 9月生まれの お誕生日の集い 11:45~12:00 中 E S	27 助 10:00~12:00 中 E 保	28 ④ プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00 0歳児の わいわいトーク 10:10~11:00 ばばサロン 29日(日) 10:30~12:00 ※詳しくは右上をご覧ください 中 E S

**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。

**臨 臨床心理士** ①9:45~10:30 ②10:40~11:25  
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。上記以外にひろばでフリー相談可。

**薬 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。


**コ 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。

**助 助産師**  
助産師がお子さんとお母さんの体についてアドバイス。妊娠期から出産後の不安や、自身の体調不良などの時「どうしたらいいの？」を解消します。

**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。

④ 申込みの必要なプログラムは、  
横浜市地域子育て支援拠点サイトから  
お申込みください。

拠点サイトトップ



「プログラム・イベント・講座」を開いて瀬谷区を選択↑

でっき で みずあそび  
**デッキde水遊び** 9/14(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。



はじめてにこタイム  
**5日(木) 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(今回は10/2(水) 申込は9/11(水)から)



はついく はつたつ  
**発育・発達がゆっくりさんの  
ママのおしゃべり会** 研修室

**6日(金) 10:00~12:00**  
申込●受付中  
※外出が難しい方はオンライン参加も可能です。


ぶれまま ぶれぱぱ  
**プレママ&プレパパ きてみて体験!**

①14日(土) 10:00~12:00  
②28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●受付中  
※今回は10/12(土) 申込は9/14(土)から




しか えいせいし  
**歯科衛生士によるお口の健康相談デー**

**18日(水) 10:00~11:00** 研修室

かわいい乳歯が生え始め、初めての歯磨きどうすればいいの?むし歯と生活習慣の関係は?親子でお口の健康について考えましょう。


講師●瀬谷福祉保健センター 歯科衛生士  
対象●歯が生えてから3歳児くらいまで  
定員●10組  
持ち物●おうちで使っている歯ブラシ(親、子ども)  
申込●8/28(水)から

事前申込みの親子に  
歯ブラシの  
プレゼント



令和6年2~3月にご協力いただいた  
にこてらす利用者アンケートの集計結果を  
ホームページでも見ることができます。

利用者アンケート  
集計結果



昨年度のみんなの声から  
体を動かす遊びができるように、  
平均台・トランポリンなど出して、  
研修室を開放したっぴ♪

**パパにオススメプログラム**

**16日(月・祝) パパ講座 10:30~12:00**  
「子育てはじめての一步&体を使った遊び」  
講師●黒河内佑紀氏、牧田拓也氏  
申込●360-7855(ニッ橋第二地域ケアプラザ)

**29日(日) ばばサロン 10:30~12:00**  
講師●まこと幼稚園園長  
申込●360-7855(ニッ橋第二地域ケアプラザ)

詳しくはこちら→



だい  
**40代からのしゃべり場** 研修室


**18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おしゃべりしませんか?  
対象●40歳以上で0~3歳児のいるママ  
定員●7組  
申込●8/28(水)から

0歳児のわいわいトーク

**28日(土) 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●0歳児のいるご家族  
定員●5組  
申込●9/7(土)から

予告



**プレパパさんあつまれ!講座**  
~赤ちゃんとの生活が始まる前に~  
**10月6日(日) 10:30~12:00**

対象●これから赤ちゃんを迎えるパパ  
定員●8人  
申込●9/15(日)から

**おもちゃ病院@にこてらす**  
**10月12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●9/21(土)~10/9(水)まで だんわしてください

