



# 共育プラザ南篠崎

## 子育てひろばだより 12月号

令和6年12月1日発行



共育プラザは子育て支援、中高生支援、世代間交流をテーマとした次世代を担う子どもたちが育つ拠点です。

住所 江戸川区南篠崎3-12-8  
 電話 03(3678)8241  
 休館日 年末年始(12/29~1/3 休館)  
 利用時間 9:00~17:00  
 対象 未就学児とその保護者  
 (小学生以上のお子さんの入室はご遠慮ください)  
 受託運営 株式会社マミー・インターナショナル

### 12月のイベント

★体操・英語(11日のみ)・ヨガ・ベビーマッサージは予約制です。  
 12月1日(日)から予約開始。ひろばまたは電話にてお申し込みください。

3日(火)  
17日(火)

#### あかちゃんあそび

ふれあい遊びや交流を楽しみましょう♪

0歳 10:00~11:00

持ち物 バスタオル

4日(水)

#### おでかけひろば

おもちゃや絵本を持って出張します

9:30~11:30 ※時間変更あり

篠崎コミュニティ会館

江戸川区上篠崎4-21-8



10日(火)  
予約制

#### なないろプログラム おやこ体操

体操のお兄さんと元気に体を動かそう

1歳以上 10:15~10:45

0歳(ハイハイから) 11:00~11:30

11日(水)  
予約制

#### なないろプログラム Enjoy English

講師の先生と楽しく English!

1歳以上 10:15~10:45

0歳 11:00~11:30

13日(金)

#### なないろプログラム 読み聞かせ

楽しい絵本の読み聞かせ

10:30~11:00

16日(月)  
予約制

#### おやこヨガ

江戸川区ヨガ協会の講師によるヨガ講座

1歳児以上 10:15~10:45

0歳 11:00~11:30

持ち物 ヨガマット(貸出あり)

17日(火)

10:30~11:00(ひろば1)

予約不要。自由参加です。

20日(金)

#### まっきり~の DanceFunFun

ボランティアきりこさんによる  
親子で踊るコミュニケーションダンス♪

10:30~11:00

21日(土)  
予約制

#### おやこでふれあい ベビーマッサージ

ボランティア林さんによる入門編

2~6 か月 10:00~11:00

持ち物 バスタオル

※予防接種 24 時間以内のお子さんは  
参加をお控えください

24日(火)

#### おはなし たまたまばこ

ボランティア吉井さんによるおはなし会

10:30~11:00

25日(水)

#### 誕生日会

ひろばのみんなでお祝い♪

誕生月のお子さんにはカードのプレゼント

15:30~16:00

イベントの詳細はひろば掲示をご覧ください。  
 X(旧ツイッター)・インスタでお知らせや活動  
 報告を行っています。

X (旧 Twitter) Instagram



### おやこサークルの活動を 応援します

おやこサークルとは共育プラザ  
 を利用する子育て中の保護者が  
 主催する自主サークル活動です。  
 興味のある方はひろば職員に  
 お声掛けください。

### 江戸川ママプラス・マリン♪ クリスマスミニ演奏会

12月5日(木)

1回目 10:15~10:45

2回目 11:10~11:40

3F スポーツルーム

予約制ではありません。お好きな回にお越しください。

※1 回目が多数の場合、2 回目の鑑賞をお願いする場合がございます。



### 一時預かり

〈利用時間〉

月曜日~金曜日

(祝日・年末年始を除く)

9:00~16:00

1日1回3時間以内

〈利用料金〉

1時間 800円

〈利用対象〉

江戸川区在住

満1歳以上

幼稚園・保育園

保育ママなどを

利用していない方

※詳しくはお問合せください

### 自分も大切に

### 子育てコラム

特に小さなお子さんを育てていたりすると、全く時間に余裕が持てない日々を送られているかもしれません。お子さんのことを大切に思うことはもちろんですが、自分自身のことを大切に思うことも、忘れないでください。例えば、1日1回は空を見上げる、日常の動作の1つだけでも丁寧にやってみるなど、今ここを意識することで、自分を大切にすることを思い出す時間を1日のうちのほんの少しの時間でいいので、ぜひ意識して作ってみてください。

公認心理師 久保 優美子