



# 共育プラザ南篠崎

## 子育てひろばだより 2月号

令和7年 2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

## 2月のイベント

★体操・英語(12日のみ)・ヨガ・ベビーマッサージは予約制です。  
2月1日(土)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。

4日(火)  
18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

5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

9:30~12:30

篠崎コミュニティ会館

江戸川区上篠崎 4-21-8

12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

14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

15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

18日(火)

10:30~11:00(ひろば1)  
予約不要。自由参加です。

19日(水)  
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

25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

26日(水)

### 誕生日会

ひろばのみんまでお祝い♪

誕生月のお子さんにはカードのプレゼント

15:30~16:00

28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

イベントの詳細はひろば掲示をご覧ください。  
X(旧Twitter)・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。

24日(月)

### ★救急救命講習【予約制】

小岩消防署の消防士さんによる講習会



※詳細はひろば内掲示にて  
お知らせいたします。

内容：乳幼児を中心とした  
心肺蘇生法・AEDの使い方・  
異物除去など、いざという時の  
対処方法を学びます。

## 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

## クールダウン

## 子育てコラム

子育てをしていると日々ついイライラしてしまうこともあるかと思ひます。怒りの感情が持続する時間は6秒と言われています。その6秒を乗り切るために、例えば6秒間数えてみる、深呼吸してみる(呼吸に意識を向けることがポイントです)などの方法もあります。他にも自分なりにクールダウンする方法をぜひ見つけてみてください。

公認心理師 久保 優美子