

Vol. 211

いっぽ通信

2025

3月号

※プログラム等の詳細はいっぽHPのカレンダーをご覧ください。

※♥は利用者ママ・パパたちのグループ活動日です。

※★は要予約です。HPのカレンダーから申込みできます。

プログラムがある
時間帯でも
ひろばは利用できるよ！



HP

3月のカレンダー

火	水	木	金	土
プログラム等の変更があるかもしれませんので必ず直前にHPでご確認ください。			3/1(土)はランチタイムはありません	1 サポート入会説明会★ 10:30-11:30 ※中面参照 プレパパママあつまれ〜！ 「赤ちゃんのいる生活講座」 13:00- 夏物リユース ひろばにて 10:00-12:00
4 🍞♥びよびよ練習日 10:30-12:00 あかちゃんとのふれあいあそび★ 13:30-14:15	5 オンライン ねんねサロン★ 10:30-11:00 はじめてのいっぽ★ 13:30-14:30	6 ママボランティア交流会 10:30-11:30 ※下記参照	7 みんなのしゃべりば★ 〜抱っこ紐の使い方を知ろう〜 10:30-11:30 ひろばおはなし会 14:00-	8 なないろ☆ほっとタイム★ 10:00-11:30 会場：中山地域ケアプラザ ♥Little HELLOs★ 13:45-14:45
11 🍞🥒	12 1歳児あつまれ！★ 10:30-11:30 子育てパートナーじっくり相談★ ※中面参照	13 ♥スイミー★ 10:15-11:45 サポート入会説明会★ 14:00-15:00	14 ♥ちょきちょき活動日 10:00-12:00 外あそびの日 10:30-12:00	15 母乳・助産師相談★ 10:30-12:00 パパおいDAY 10:00-12:00 2階開放 13:30-15:00 サンゴクエスト★ ※下記参照
18 🍞 手話のしゃべりば★ 10:30-11:30 ひろばおはなし会 14:00-	19 みんなのしゃべりば★ 〜絵本でてつぐく対話part12〜 10:30-11:30 ♥Little HELLOs★ 13:45-14:45	20 祝日休館日 春分の日	21 栄養相談★ 10:30-11:30 「食事のリズム」 ※離乳食フンポイントアドバイス 「ベビーフードのかしこい使い方」	22 思い出つこう！ 次の「いっぽ」へ！ 10:00-16:00 ※詳細はHP セレモニータイムあり ※下記参照 プレママティータイム★ 14:00-15:00
25 🍞🥒 ふたごの日★ 10:30-11:30	26 サポート入会説明会★ 10:30-11:30	27 ♥スイミー★ 10:15- ♥あみあみ活動日★ 13:30-15:00	28 ねんねサロン★ 10:30-11:00 対象：2か月〜5か月	29 気になる子のサロン★ お出かけプログラム 10:30-12:00 ※詳細はHP



火曜日12時頃から20分間
ほど地域の作業所「ぶかぶか」
さんのパン販売があります。



第2・4火曜日12時頃から
「ファームふたば」さんの
野菜販売があります。



オンライン(zoom)でも参加
できるプログラムです。通信
料は利用者負担になります。



マタニティさんも参加
できるプログラムです。
ご夫婦での参加も歓迎。



●ランチについて●
原則 2階で12:00-13:00
12:40までに入室してください。

予約
不要

今月のPick up プログラム

予約
不要

6日(木) ママボランティア 交流会

今年度最後のママボラ交流会を開催します。ママボラ交流会では、いっぽに登録をしていただいているママボランティアさんが集まって活動の報告や今後のことについて話し合っています。ママボラって何をしているの？ママボラって何ができるの？ちょっと気になる…と思っている方、ぜひ参加してみてください。お待ちしております。

時間：10:30～11:30

15日(土) ボードゲーム 「サンゴクエスト」体験

産前産後の出来事をシミュレーションできるボードゲーム「サンゴクエスト」。夫婦で取り組むことで、互いの価値観について対話する機会になります。子育てを始めた途端、次々おこる「すれ違いイベント」。私たちどうする？認定ファシリテーターと共にプレイしましょう。ご夫婦でご参加ください。

時間：13:30～15:00 参加費：無料
定員：5組 申込み：3/1～

22日(土) 思い出つこう！ 次のいっぽへ！

4月から入園、入学、復職…新しい生活がスタートし、いっぽからちょっとだけ離れてしまう人もそうでない人も。皆さんの次の「いっぽ」へ進むためのちょっとしたセレモニーを行います。お名前呼びや、コーラスグループ「スイミー」さんからの歌のプレゼント、「いっぽ証書」(ご希望の方のみ)も用意しています。スタッフと一緒に祝いましょう。

【セレモニータイム】
午前の部 11:30～12:00
午後の部 15:00～15:30



●植本祭 14:00～●

リレートーク
親子のお気に入り

投稿コーナー

体験レポート

私たち親子のお気に入りスポットはズーラシアです。息子は特にミニアキアットが大好きで、小さな体で



せわしく動き回る姿に釘付けになります。その姿を夢中で見つめる息子の表情を見ていると私も自然と笑顔になってしまいます。

ズーラシアは、広々としていてベビーカーでの移動がしやすく、授乳室やおむつ替えスペースも清潔で使いやすい点が魅力です。赤ちゃん連れでも安心して楽しめる環境が整っているので、本当に助かっています。また、ズーラシアを訪れるたびに、息子の新たな反応や興味を発見することができ、彼の成長を間近で感じられる特別な時間を過ごせます。

(こうちゃんママ)



リフレッシュ講座

～忙しいママへ送る「わたし」を楽しむフィットネス～

子どもが2歳になり、色々なこだわりが出てきて「自分でやりたいのにできない」「ママと一緒にがいい」と泣いたり抱きついたり、そんな時間も愛おしいけれど、やっとお昼寝してくれた時間は家事に消えていき、なかなか自分の時間が作れない日々でした。いっぽのお知らせを見て、「これだ！私も楽しみたい！」と早速申し込み、当日を楽しみに、



講座では、全く痛くない筋膜リリースや脳トレしながらエクササイズ、集まったママたちと腕を組んでジャンプジャンプ！ゲーム感覚で一体感も感じて、とっても楽しい時間でした。初めて会ったママ達と涙が出るほど笑って動いて語り合っ、心の底からリフレッシュ！を実感しました。送迎の自転車で汗を流すのとはまた違い、日頃いっばい頑張っているママ達と笑いながら体を動かしたことが、なんだか小学校の教室に戻ったような、忘れていた心を取り戻したような、ぽかぽか温かい気持ちになりました。「ママ達も無邪気でいてほしい！」という講師の先生のお言葉、胸に抱きしめて日々、明るく楽しく過ごしたいな！と思えた時間でした。いっぽのリフレッシュ講座、いつもママに心の栄養を届けてくれて感謝です！（Kamechan）



横浜子育てサポートシステム

緑区支部事務局 045-982-3521 (十日市場いっぽ内)

子育て中に誰かの手を借りたい方(預かりや送迎)に誰かの力になりたいという方をご紹介する「ご近所同士の助け合い」をモットーとした、横浜市の会員制の子育て支援制度です。会員登録をするには入会説明会の参加が必要です。会員登録だけでも済ませておくことをおすすめしています。



3月の説明会

1日(土) 10:30～11:30 いっぽ 8組
13日(木) 14:00～15:00 いっぽ 8組
19日(水) 15:10～16:10 はなまる(中山) 4組
26日(水) 10:30～11:30 いっぽ 8組

※上記の日程で都合が合わない場合は緑区事務局までお電話ください。



横浜子育てパートナー



妊娠前から子育て中の「困ったな…」「心配で…」「知りたい！」などあなたの気持ちをお話ください。ひろばで気軽に相談できます。お電話や相談室での個別相談もできます。ご本人、ご家族等どなたでも。オンライン相談も可。

じっくり相談日 いっぽ十日市場：3/12(水) 予約受付中

出張相談 みらいポケット(鴨居)
3/11(火) 10:30-11:30 ※予約不要

★子育てパートナー専用TEL(十日市場)
045-272-5643

★Eメールでの予約・お問い合わせ
(十日市場・長津田共通)
soudan@midori-ippo.com



専任スタッフ
浅沼

サポートシステムの詳細は
こちらの二次元コードから



子育てパートナーの詳細は
こちらの二次元コードから



<ひろば利用案内>

開館：火曜日～土曜日 10:00～16:00
休館日：日曜日・月曜日・祝日・年末年始
※月曜日が祝日の場合、翌火曜日も休館
対象：未就学児とその保護者
利用料・登録料：無料

※「いっぽ」はNPO法人グリーンママと緑区と協働で運営しています。

発行：緑区地域子育て支援拠点いっぽ

横浜市に「暴風警報」「大雪注意報」が発令している時、いっぽは臨時休館



(JR十日市場駅南口徒歩3分)

緑区地域子育て支援拠点いっぽ

〒226-0025
横浜市緑区十日市場町817-8
Tel：045-989-5850
Fax：045-989-5851
E-mail：kosodate@midori-ippo.com
HP：https://www.midori-ippo.com

Vol.211

2025

いっぽサテライト通信 3月号

※プログラム等の詳細はいっぽHPのカレンダーを見てください。
※★は要予約です。HPのカレンダーから申込みできます。

プログラムがある
時間帯でも
ひろばは利用できるよ！



HP

3月のカレンダー

火	水	木	金	土
プログラム等の変更があるかもしれませんので必ず直前にHPでご確認ください。				1
4 保育園の栄養士さんによる「食」のおはなし★ 10:30-11:30 (2階) ※中面参照	5 オンラインねんねサロン★ 10:30-11:00	6	7 チャイティーパーティー★ 10:15-11:15 (2階) ※下記参照	8
11	12 サテあみ★ 14:00-15:30 (2階)	13 歯科衛生士さんとお話しましょう 10:30-11:30 (2階) ※下記参照	14 あかちゃんとのふれあいあそび★ 10:30-11:15 (2階)	15
18	19	20 祝日休館日 春分の日	21 公園で遊ぼう！ ～玄海田公園～ 10:00-12:00 ※下記参照	22 パ/いおいDAY 10:00-12:00 2階開放 野球好きパ/いのおしゃべりコーナーあり！
25	26 1歳児あつまれ！★ 10:30-11:30 (2階) 定員：10組	27 母乳・助産師相談★ 10:00-11:30 (2階相談室) 定員：4組	28	29

2階研修室でプログラムやイベントのある時間帯は2階で遊ぶことができません。



第1・3木曜日12:30頃から「横浜若葉台ファーム」さんの野菜販売があります。



オンライン(zoom)でも参加できるプログラムです。通信料は利用者負担になります。



マタニティさんも参加できるプログラムです。ご夫婦での参加も歓迎。



●ランチについて●
原則2階で12:00-13:00
12:40までに入室してください。

今月のPick up プログラム

7日(金) チャイティーパーティー

インドのママが本場のチャイの作り方を教えてくれます。

- ・チャイを作ろう。
 - ・チャイを飲みながらインドのことを教えてもらいましょう。
 - ・インドのママに日本のことも教えてあげましょう。
- ミニゲームで盛り上がりましょう！

時間：10:15～11:15
定員：10組
申込：2/21～

13日(木) 歯科衛生士さんとお話しましょう

歯科衛生士さんがお子さんのブラッシング、噛むことやお口のお悩みなどをお話ししながら月齢に合わせたワンポイントアドバイスをさせていただきます。親子のスキンシップ遊びや、お楽しみもあります。

時間：10:30～11:30

予約
不要

21日(金) 公園で遊ぼう！ ～玄海田公園～

玄海田公園さんが段ボール迷路をみんなのために用意してくれます。いっぽからはシャボン玉、お砂場セット、パラバルーンなどを持参します。ご家族みんなで遊びに来てね！

時間：10:00～12:00
玄海田公園レストハウス前集合
※雨天中止
中止の場合は当日朝HPやInstagramでお知らせします。

【いっぽサテライト、長津田地域ケアプラザ 玄海田公園共催】

予約
不要

サテライトの

プログラム紹介

食のおはなし 講師紹介

はじめまして！小山保育園で栄養士をしている齊田悦子です。
「～こども達に食の機会を～」を第一に日々保育園で働いています。
こどもの頃、食べること、作る事が大好きで栄養士の道を選びました。
自分自身、子育てを経験し、栄養士として働く中で、色々な気づきがありました。
そんな気づき子育て中のお母さん達に伝え、食を通して楽しむ生活のサポートができればと考えています。これから色々な企画を考えていきたいと思いますので、よろしくお願いします。



今月のPickupプログラム

3/4 (火) 保育園の栄養士さんによる「食」のおはなし ～入園前に聞いておきたい給食のこと～

入園前におうちで心がけておいたほうが良いことをお話しいたします。
園の普段の給食の様子ってどんな感じ？
離乳食やアレルギー対応ってどうしてるの？などを栄養士さんに聞いてみましょう。
大人も子どもも楽しみだけどころじゃない不安な「給食」を知る良い機会です。

時間：10:30～11:30
定員：10組
申込：2/18～

カフェコーナーが 大変身！

飾り付けボランティアのちよきちよきさんのおかげで、カフェコーナーが大変身！

オシャレな satellite cafe になりました。
一つひとつ手作りで丁寧に作っており、見ていただけで幸せ気分。
おやつを食べる子は是非おやつを持って遊びにきてね。

ママやパパもほっと一息ついてください★

ちよきちよきさん



3月～横浜子育てパートナーが

サテライトに (長津田)

配属されます！

- ★子育てパートナー専用TEL(長津田)
045-755-5588
- ★Eメールでの予約・お問い合わせ
(十日市場・長津田共通)
soudan@midori-ippo.com

いっぽサテライト(長津田)の『横浜子育てパートナー』の大塚です。
みなさんが安心して子育てができるように一緒に考えてお手伝いしていきたいと思っています。
よろしくお願いいたします。



専任スタッフ・大塚

横浜子育てパートナー とは・・・

いろいろな悩みごとや困りごとについて相談できる専任スタッフのことです。
横浜市の各区の地域子育て支援拠点とサテライトに常駐しています。
相談者の気持ちに寄り添い、必要な情報を調べたり、適切な支援機関を紹介しています。

★ひろばの利用について★

- ※保護者・お子さま・ご家族に発熱・咳・鼻水等、体調不良のある方は利用をご遠慮ください。
また、感染症の場合、完全に治癒するまではひろばの利用をご遠慮ください。
- ※マスクの着用は基本個人の判断にゆだねます。
- ※ランチは毎日2階でとることができます。
2階で不可の場合もあります。当日ご確認ください。
- ※ひろばのリアルタイムの混雑状況は、HPのトップ画面で確認できます。ご利用の際の参考にしてください。

緑区地域子育て支援拠点 いっぽサテライト

〒226-0027
横浜市緑区長津田7-3-18
Tel : 045-755-5560
Fax : 045-755-5553
E-mail : sate@midori-ippo.com
HP : <https://www.midori-ippo.com>



(JR・東急長津田駅南口徒歩5分)