

# いっぽ通信

6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

## 6月のカレンダー

火	水	木	金	土
2  あかちゃんとのふれあいあそび★ 13:30-14:15 対象：6か月～1歳未満	3 オンラインねんねサロン★ 10:30-11:00 公園であそぼう (中山駅北第一公園)10:30-12:00 はじめてのいっぽ★ 13:30-	4 サポート入会説明会★ 10:15-11:15	5 野菜収穫体験★ 10:00-12:00 ※裏面参照  「みどりおはなしフェスタ」中面参照	6 ♥Little HELLOs★ 10:25-11:25  「みどりおはなしフェスタ」中面参照
9	10 1歳児あつまれ！★ 10:30-11:30	11 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 ※北部地域療育センターの相談員さん参加  ♥スイミー★ 10:15-11:45	12 外あそびの日 10:30-12:00	13 緑区みんなの 聞きたい事！話したい事！★ 10:30-11:30 ※下記参照  ♥プチあみあみ★ 13:30-
16  知っておきたい 子どもの「もしも」に備える★ 10:00-11:00- ※下記参照  母乳・助産師個別相談★ 10:00-11:30	17 コンシェルさんに聞いて みよう★～預け先講座～ 10:15-11:30 ※小規模保育園の先生も参加  バルーンの日 13:30-15:00	18 ♥びよびよ練習日 10:30- ♥ちょきちょき活動日 10:00-  子育てパートナーじっくり相談★ ※中面参照	19 リフレッシュ講座★ ～全身ヨガで叶える 骨盤底筋×顔筋～ 10:15-11:45 ※HP参照	20 パパおいDAY 10:00-12:00 2階開放  キャリアコン個別相談★11:00-  体を動かしてやってみよう！ 運動療育 13:30-14:30 ※HP参照
23   ひろばおはなし会 14:00-	24	25 ♥スイミー★ 10:15-11:45  ♥あみあみ活動日★ 13:30-15:00	26 ねんねサロン★ 10:30-11:15 対象：2か月～5か月	27 公園であそぼう(菅場公園) 10:30-12:00  初心者/パパの離乳食講座★ 10:00-11:30 ※HP参照  プレママティータイム&見学会★ 14:00-15:00
28(日) 日曜開館 10:00-16:00 ※下記参照	30  ふたごの日★ 10:30-11:30	プログラム等は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。		

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。

今月は第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。

見学はいつでもOK！  
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。

●ランチタイムについて●  
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

### 13日(土) 緑区みんなの聞きたい事！話したい事！

引っ越ししてきたので緑区の事を知りたい！子どもと一緒にできるスポット知ってるよ！買い物どこでしてる？病院どこに行ってるの？私のおすすめのお店はね・・・などなどみんなで緑区について話しませんか？聞き専でも構いません。ママ目線/パパ目線なんでもOK！聞きたい事・教たい事、一緒にみんなでゆる～く話しましょう。

時間：10:30～11:30  
申込：5/30～  
※お子さん同室で参加できます



### 16日(火) 知っておきたい 子どもの「もしも」に備える

子育て中のパパママのための防災勉強会。子育て中のヒヤリ・ハット。どんなことに気を付けたらいいのかな？誤飲窒息した時の対処法は？非常時の救命行動を知りたい！など、日頃お子さんと一緒にいるパパママが気を付けておきたいポイントを、緑区の消防署の職員さんから学びましょう。

1部 時間：10:00～ 対象：0・1歳児の親子8組  
2部 時間：11:00～ 対象：2歳児以上の親子8組  
申込：6/2～  
※お子さん同室参加可 ※大人だけの参加も可

### 28日(日) 日曜開館 いっぽ(十日市場)開館します ※サテライト(長津田)は休館です

日曜日にひろばをOPENします！  
時間：10:00～16:00  
通常の開館日と同じように利用できます。ランチタイムもあります。平日は仕事で利用しにくい方、ご家族一緒に利用したい方、あそびに来てね！パパ向けのプログラムもあります。詳しくはホームページカレンダーで。

※次回の日曜開館は12/13に予定しています。

## リレートーク 私のお気に入り

### <音楽>

中学・高校と吹奏楽部で音楽漬けの毎日を過ごしました。大人になってからは仕事も忙しく、音楽は心の拠り所でありながらも、なかなか向き合う時間はありませんでした。娘を出産してから、子育ての中には音楽があふれていることに気づきました。

「おかあさんといっしょ」や「いないいないばあ!」の歌や手遊びなど、日常の中で自然と音楽に触れています。最近はいっぽのコーラスグループ「スイミー」で歌ったり、楽器を吹いたり、なんだか青春が戻ってきたようで楽しいです。昔は「ちゃんとやらなきゃ」と思いがちでしたが、今は「楽しんじゃおう!」と思えるようになり、自分の変化も面白く感じています。(すみママ)



## 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します。「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。



### 6月の説明会

4日(木) 10:15~11:15	いっぽ(十日市場)	8組
10日(水) 10:00~11:00	みらいポケット(鴨居)	8組
19日(金) 10:15~11:15	いっぽサテライト(長津田)	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。

サポートシステムの詳細はこちらの二次元コードから



(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>

## いっぽ ひろばおはなし会



「ひろばおはなし会」では、地域のボランティアさんがわらべうたや絵本を読んでくれます。季節や行事に合わせたぴったりのわらべうたは大好評。その場にいる子どもたちの年齢や雰囲気に合わせて、絵本や手遊びを選ぶのでどの年齢も楽しめます。

「ひろばおはなし会」は原則毎月2回行っています  
日にち・時間は通信やHPでご確認ください

### 【参加したママたちの感想を一部紹介】

- ・自宅保育中です。他の支援センターだと手遊びなどがなかったので、すごく楽しませてもらっています
- ・普段家でやらないことをやってくれるのがいい
- ・保育園に行っていないので、季節のうたをみんなで歌えるのがいい子どもも家で真似をしている
- ・興味をもって子どもが読み聞かせを聞いているのがいい
- ・手遊びが好きなので、やってくれてありがたい
- ・自分だとなかなか感情を込めて読めないのが、楽しく読んでもらえるのが嬉しい
- ・色々な本を知ることができる



## 第16回 みどりおはなしフェスタ(5/11~6/13)

6月も色々なおはなし会が実施されます。おはなし会を回って、スタンプを3個以上集めるともらえるマスコットの受け取りは、6/19(金)まで。なくなり次第終了です。



### 【ごほうび受け取り会場】

長津田保育園・いっぽサテライト(長津田)  
いっぽ(十日市場)・はなまる(中山)・山下地域ケアプラザ  
鴨居保育園・みらいポケット(鴨居)

### 【いっぽ(十日市場)会場のスケジュール】

6/5(金)14:00~ いっぽひろばおはなし会  
6/6(土)14:00~ 外国語の絵本おはなし会

### 【いっぽサテライト(長津田)会場のスケジュール】

6/4(木)11:00~ スタッフによるスペシャルおはなし会

※いずれも予約不要・当日先着15組程度

### <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、妊娠中の方とご家族  
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

# いっぽ サテライト通信 6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

## 6月のカレンダー

火	水	木	金	土
2 ハローワークマザーズコーナー 10:30-11:30 (1階 ひろば)	3 オンラインねんねサロン★ 10:30-11:00 321のおしゃべり会★ 10:30-11:30	4 おはなしフェスタ サテライトスタッフによる スペシャルおはなし会 11:00-11:30 「みどりおはなしフェスタ」中面参照	5 野菜収穫体験★ 10:00-12:00 ※下記参照	6 先輩パパによる 赤ちゃんのいる生活講座★ 13:00-15:00
9 ママパパを応援！ 食のお悩み ひろば相談 10:00-11:30	10 コンシェルさんに聞いて みよう★～預け先講座～ ※小規模保育園の先生参加 10:15-11:30	11 まち保育企画 長津田保育園と一緒に ちよこっとさんぽ 10:00-11:00 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	12	13 プレママ・プレパパ見学会 ～マタニティヨガ～★ 14:00-16:00
16	17 あかちゃんとのふれあいあそび★ 10:30-11:15 (2階) 対象: 9か月～1歳未満	18 ベビママVtime★ ～長津田保育園の保育士さんによる あかちゃんとの楽しみ～ 10:30-11:45 (2階)	19 サポート入会説明会★ 10:15-11:15 (2階) サテあみ★ 14:00-15:30 (2階)	20
23 あかちゃんとのふれあいあそび★ 10:30-11:15 (2階) 対象: 6か月～8か月	24 1歳児あつまれ！★ 10:30-11:30 (2階) 子育てパートナーじっくり相談★ ※中面参照	25 母乳・助産師個別相談★ 10:00-11:30 (2階相談室)	26 リフレッシュ講座 ～産後ママのための リフレッシュ体操～★ 10:15-11:45 (2階) ※下記参照	27 パパおいDAY 10:00-12:00 2階開放 サンゴクエスト★ 13:30-15:00 (2階)
30				プログラム等は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。

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。



今月は第2・4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。



見学はいつでもOK！

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。



●ランチタイムについて●  
 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

5日 (金)

### 自然にふれよう！ 野菜収穫体験

月2回、サテライトに野菜販売に来ている横浜若葉台ファームさんの畑にスタッフと一緒に野菜収穫体験に行きましょう！当日、現地で野菜販売もあります。

時間：10:00～12:00  
 参加費：一家族500円 お土産あり  
 定員：20組  
 持ち物：帽子・飲み物・交通費  
 必要であれば着替え  
 申込：5/22～HPカレンダーにて  
 ※雨天の場合は6/12(金)に延期

11日 (木)

### まち保育企画 長津田保育園と 一緒にちよこっとさんぽ

長津田公園から杉山原公園まで、長津田保育園4歳児クラスの園児とお散歩して、公園で一緒に遊びましょう！ミドリんたいそうもやりま～す。雨天や熱中症の危険がありそうな場合は園のホールで遊びます。

時間：10:00～11:00  
 集合：長津田公園(長津田保育園となり)  
 サテライトからは9:40出発  
 持ち物：飲み物・タオル・帽子  
 汚れてもよい服装・必要であれば着替え

26日 (金)

### リフレッシュ講座 ～産後ママのための リフレッシュ体操～

不調はありませんか。からだは正直です。妊娠、出産で変化した身体を、理学療法士と一緒にやさしく整えませんか。肩・腰をほぐし、体幹を整える体操です。

時間：10:15～11:45  
 定員：8名  
 保育定員：6組 保育料：750円  
 申込：6/12～HPカレンダーにて  
 担当講師：日向彰子(理学療法士)  
 ※お子さん同室での参加不可



# サテライト プログラム

# 講師紹介

子育てを応援する講師の先生を紹介します！  
来月は栄養相談の講師紹介です。

## あ 赤ちゃんとの ふれあいあそび

保育士 日高美喜子さん



みなさん、こんにちは！  
毎月2回、純真無垢なあかちゃんの笑顔や泣き声のパワーに、一時間ちょっとのひとときを過ごしております。親子でゆっくりふれあえる遊びを通して、子育て中のパパ・ママが『来て良かった！』と思って少しでもホッとできる場所になれば嬉しいです。繰り返し行う遊びを通して成長してゆくあかちゃんの様子…このあかちゃんとのふれあいあそびを卒業する時に『子ども』になっている姿が微笑ましく頼もしくも感じられます。おしゃべりtimeのママたちの表情もほっこりです！！  
あつという間のあかちゃん期間…  
月1・2ではじまるよ～月と一緒に歌ってみませんか～？

## パ パおいDAY・サンゴクエスト

キャリアコンサルタント 立花昭彦さん



こんにちは。本業はエンジニアで映像機器の開発をしながら、キャリアコンサルタントとしての活動をしています。子供は3人（大4、大2、大1）います。  
いっぼでの活動は、1つ目はサンゴクエスト（産前産後イベント疑似体験）というボードゲームの開催です。プレママ・パパや、2人目以降を考えているご夫婦が子育てを振り返ることで今後の子育ての気づきが得られるものです。2つ目はキャリアカウンセリングです。育児と仕事の両立の悩みや今後の仕事について相談したい、など何でもご相談ください。  
キャリア＝仕事ではなく、キャリア＝人生です。皆さんのキャリア（人生）がよりよくなるよう応援しています。

## 母 乳・助産師個別相談

助産師 荻原かおりさん



みなさん、こんにちは。助産師の荻原です。サテライトでは、助産師相談を担当させて頂いております。出産を経て我が子に出会った時の喜びと幸せは、何ものにも代え難いものですね。無事に生まれてきて嬉しい反面、言葉が話せない赤ちゃんに対して時に不安になったり、現代社会のたくさんの情報に翻弄され戸惑ってしまったりしますよね。赤ちゃんの成長もそれぞれで、その子のペースがあります。最初はうまくいなくても、一緒に過ごすうちに泣き方、声、しぐさなどでわかるようになります。だから、きっと大丈夫です。  
子育ては、ひとりではできません。私自身いろいろな人に助けて頂きながら、子育てをしてきました。私も少しだけそんな皆さんのお手伝いできれば、幸いです。

## いっぼ川柳 コーナー

4月号での募集に参加いただき、ありがとうございます。選ばれた句は後日いっぼ通信などで発表します。

今回のテーマは

### 「子育てにまつわる涙の一句」

です。  
嬉し涙、笑った涙、悲し涙、頑張った涙。  
あなたの色々な涙を一句にしてください。  
ひろばの川柳箱、メールどちらでも受け付けています。  
お待ちしております。

締め切り  
7/22(水)



## 横浜子育てパートナー

妊娠期から子育て中の「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。

- ★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



十日市場  
専任スタッフ  
浅沼

じっくり相談日 予約も可  
いっぼ十日市場：6/18(木)

- ★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



長津田  
専任スタッフ  
大塚

じっくり相談日 予約も可  
いっぼ長津田：6/24(水)

※いっぼ(十日市場)の講師紹介は9月号の予定です！

いっぼの情報は  
こちらから



Instagram



サテライトのキャラクター  
いっぼちゃん



Facebook  
外国の方向け



いっぼのキャラクター  
いっぼくん

## ★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 いっぼサテライト

〒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)