



# 2020年5月号 通信

vol.153



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ひろばはお休みしています。相談、子育てサポートシステム事務局は通常通り行っています。

いっぽ開設に奔走し、永年にわたり活躍してくれた施設長の松岡美子とサポートシステムの牧野信子が惜しまれつつ3月末で退職いたしました。13年間ありがとうございました。

聞いてみました！  
これからチャレンジ  
したいことは???

2020年度は新スタッフも加わった20名で利用者・支援者のみなさんをお迎えいたします。

## 【横浜子育てパートナー】



朝活勉強

太田さおり

## 【施設長】



富士登山  
まずは緑区最高峰  
高尾山登頂！  
松浦 千恵

4月から施設長になりました。どうぞよろしくお願いいたします。いっぽは、いろいろな人の“はじめのいっぽ”を応援する場になりたいと、この名前が付けられました。あかちゃんのいっぽ、パパ・ママのいっぽ、支援者さんのいっぽ…。今、この緊急事態。誰も体験したことがない日々が進んでいます。この中での“はじめのいっぽ”を、みなさん歩まれているのでは？ひろばはお休みしていますが、ブログでの情報発信など私たちはみなさんの近くで動いています。一緒にいっぽ、いっぽ進んでいきましょう。

## 【ひろばスタッフ】



毎日ストレッチ&  
アンチエイジング

海賀 君恵

スッキくらす  
(物も生き方も♪)  
諏訪間奈穂



パステルアート  
桜・つくし・山など  
を描いてみたい  
折出 直子

やっと...  
自分ファースト  
河野 文子



家と心の断捨離  
&英会話  
荒川由香里



ヨガを日常的  
にする  
原田 綾桂



取りたい資格  
があるので勉強を  
頑張りたい  
齊藤 恵子

New

## 【情報】



目に見える  
筋肉を作る  
安瀬 聡美



筋トレ  
鈴木 純子

## 【事務】

PCとSNSを  
使いこなしたい！  
浅沼 彩子  
(ひろば兼事務)



カメラ撮影  
技術向上！  
普川みどり

New

新しく買った  
オープンレンジで  
調理&ダイエット  
田代 京子



料理の  
レパートリー  
を増やす！  
澤田 真弓

サポートシステムについては裏面をご覧ください

## 【横浜子育てサポートシステム】

毎日  
腹筋する  
木村真佐子



ジョギング  
池田 伸恵



パン屋さん  
めぐり  
杉浦喜美子



毎日違う  
お弁当を作る  
宮嶋咲喜子



4コマ漫画に  
挑戦中！  
富沢多佳子

New

いっぽもInstagram  
始めました！  
ippo.greenmama  
で検索してくださいね♪

新しい  
カテゴリもできた  
ブログも更新中！



## ★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。ひろばで、お電話で、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。  
【子育てパートナー専用 TEL 045-272-5643】

## ★母乳・助産師相談

産後ママの体のことや、赤ちゃんのこと、授乳・卒乳等おっぱいについての悩みや、出産・育児についても気軽に相談できます。プレママもぜひ。  
偶数月：第4水曜日 13:30～山田みどり先生  
奇数月：第3土曜日 13:30～割田節子先生

## ★栄養相談

実際の味付けや回数が体験できる離乳食ワンポイントアドバイスを行っています。その他、幼児から大人までの食事に関する相談もできます。  
原則奇数月第3金曜日 10:30～11:30  
管理栄養士グループ りぼんの会

## いっぽの定例プログラム



### ♥はじめてのいっぽ

まだいっぽを利用したことがない方や、数回しか利用したことがない方向けのプログラムを2階の研修室でおこなっています。  
月1回詳細はHP・通信で。

### ♥ねんねサロン

始まったばかりのあかちゃんとの生活「毎日どうしてる？」など、おしゃべりしましょう。  
対象：生後5か月までの親子  
原則毎月第3水曜日・第4金曜日  
10:15～10:45

### ♥気になる子のサロン

2階の研修室で、子どもの発達のことや気になることや不安に思うことを参加者同士で自由に話せる場です。また、集団で遊ぶのが苦手なお子さんたちが落ち着いて遊べます。毎月1回 10:30～

### ♥プラレールの日

2階の研修室いっばいにプラレールを広げて遊びましょう。  
毎月1回詳細はHP・通信で。

### ♥あかちゃんとのふれあいあそび

2階の研修室でわらべうたや手遊びを行います。あかちゃんと遊ぶヒントに！お友だち作りのきっかけにも。  
原則毎月第1火曜日 13:15～14:00

### ♥ひろば de 1歳児

みんなで一緒にリズム遊びした後、ひろばで子どもを遊ばせながらママ同士でお話しましょう。  
原則毎月第1水曜日 10:15～11:00

### ♥ふたごの日

「仲間がいるから頑張れる」ふたごちゃんを育てているご家族、妊婦さん、先輩ママさん、みんなでふたご育児の面白さ、大変さ、コツなどをわいわいお話しませんか？  
月1回詳細はHP・通信で。

### ♥ひろばおはなし会

地域のボランティアさんによる、わらべうたや絵本の読み聞かせです。  
毎月2回・火曜日/金曜日 13:30～

### ♥プレママ DAY

これから迎える出産、あかちゃんとの生活ってどんな感じ？先輩ママの生の声を聴きに来ませんか？  
いろいろな月齢のあかちゃんともふれあえます。ぜひ遊びに来てください。  
原則毎月第1火曜日 14:00～

### ♥パパおい DAY・あそびタイム

パパにも気軽に来てもらえる日を設定しています。  
原則毎月第4土曜日  
あそびタイム(10:00～12:00)では2階の研修室に遊び場を作ります。  
ブラレールや無限積木などでパパもいっしょに遊びましょう。

### ♥外あそびの日

いっぽの近くの公園で遊びます。  
プレイパークの方が外あそびのヒントを教えてください。  
原則毎月第2金曜日 10:30 いっぽ出発  
遊び協力：三保ねんじゅ坂プレイパーク  
※雨天中止

### WEB サイト「みどりっこひろば」を見てね☆

WEB版 緑区の子育てガイド「みどりっこひろば」は緑区内の子育て情報が満載！メルマガも発行しています。ぜひ一度アクセスしてみてくださいね。

みどりっこひろば

検索



緑区のキャラクター ミドリ

## 横浜子育てサポートシステム

「ちょっとの時間、子どもを預かってほしい」と思ったことはありませんか？横浜子育てサポートシステムは、「ちょっと休みたい」「病院に行きたい」または仕事の時に、おさんを預かるご近所の会員を紹介する横浜市の会員制の子育て支援サービスです。保育園・幼稚園への送迎をお願いすることもできます。会員登録するには、入会説明会の参加が必要です。日程等はHP・通信で。

横浜子育てサポートシステム緑区支部（いっぽ内）  
直通電話：045-982-3521



いっぽ通信 Vol.153 2020年5月号

緑区地域子育て支援拠点いっぽ（運営:NPO法人グリーンママ）

〒226-0025 横浜市緑区十日市場町 817-8

Tel:045-989-5850 fax:045-989-5851

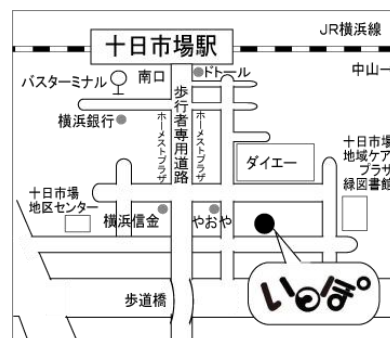
Email:kosodate@midori-ippo.com URL:https://www.midori-ippo.com

<ひろば利用案内> JR 十日市場駅南口徒歩 3分

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：未就学児とその親 利用料・登録料：無料



### <おしらせ>

横浜市に「暴風警報」「大雪警報」が発令している時、いっぽは臨時休館となります。

いっぽのホームページでもご案内します。気象情報等にご注意ください。

