



いっぽは未就学のお子さんがある家庭と支援者を応援する公共施設です。

### 3月の カレンダー



📅 火曜日12時前後から  
20分間ほど地域の作業所の  
パン販売があります。

💻 オンライン(zoom)の  
プログラムです。通信料  
は利用者負担となります。

🔑 以下の日にちのみランチをとることができます。  
日にち: 3(水) 9(火) 17(水) 27(土)  
時間: 12:15~13:15 場所: 2階研修室



定例プログラムや相談のある時間帯でもひろばは通常通り利用できます。

| 火  | 水  | 木  | 金   | 土  |
|--|--|--|---|--|
| 2 🍷 びよびよ 10:30~<br>ふれあいあそび★<br>13:15~14:00<br>プレママDAY14:00~                | 3 🧴 1歳児あつまれ!★<br>10:15~11:00<br>11:15~12:00                          | 4 🌳 公園であそぼう!<br>(中里公園)<br>10:30現地集合<br>気になる子のサロン★<br>10:30~12:00 | 5 🗨️ お話し会 14:00~  | 6 🍷 シングルママの<br>しゃべりば10:30~★              |
| 9 🍷 🧴 mamaの<br>しゃべりば★<br>11:00~12:00<br>14:00~15:00                        | 10 🧴 卒乳のおはなし★<br>10:30~11:30<br>(zoomも可)<br>はじめてのいっぽ★<br>13:30~14:30 | 11 🧴 スイミー★<br>10:30~<br>(zoomも可)                                 | 12 🗨️ 外あそびの日<br>10:30出発<br>手話のしゃべりば★<br>10:30~11:30<br>(zoomも可)<br>ふたごオンライン<br>10:30~11:30★ | 13 🗨️ サポート説明会10:30~★<br>※裏面参照            |
| 16 🍷 🧴 mamaのしゃべりば★<br>ご当地トーク北海道編<br>10:30~11:30<br>(zoomも可)<br>お話し会 14:00~ | 17 🧴 ねんねサロン<br>10:30~11:00★<br>公園であそぼう!<br>(石田公園)<br>10:30現地集合       | 18 🍷 びよびよ 10:30~<br>パートナーじっくり相談<br>※詳細は裏面参照                      | 19 🗨️ 栄養相談★<br>10:30~   | 20 休館                                    |
| 23 🍷 ふたごの日★<br>11:00~12:00   | 24 🗨️ 外あそびの日<br>10:30出発<br>サポート説明会10:30~★<br>※裏面参照                   | 25 🧴 スイミー★<br>10:30~<br>(zoomも可)<br>あみあみ 13:30~★                 | 26 🗨️ ねんねサロン★<br>10:30~11:00  | 27 🧴 パパおいDAY<br>母乳・助産師相談★<br>13:30~15:00 |
| 30 🍷 ちょきちよき<br>10:00~  | 31 🗨️ 気になる子のサロン★<br>(お花見)<br>※雨天時いっぽ2階<br>10:15出発                    | 4/1  | 4/2   | 4/3                                      |

### ひろばの利用方法

【開館時間】10:00~16:00

※途中の休館時間はありますが、引き続きひろばでの飲食は水分補給のみとなります。

【定員】上限なし ※予約不要

※リアルタイムの利用組数はいっぽHPで確認できます。

※入館時には ①保護者はマスク着用 ②検温

③石けんด้วย洗い ④健康チェックシートに記入をお願いします。

★は要予約です。HPまたは右上のQRコードから

### ●定例プログラム●

はじめてのいっぽ 10(水) 13:30~14:30★

いっぽを利用したことがない方向けの、いっぽ紹介プログラム。6組:受付2/24~

### <年齢別>

ねんねサロン 17(水)・26(金) 10:30~11:00★

2~5ヶ月児とママ対象。2階で話しましょう。各8組:受付・両日とも3/3~

あかちゃんとのふれあいあそび 2(火)13:15~★

手遊びなどみんなで一緒に行い、あかちゃんと遊ぶヒントに! 10組:キャンセル待ち受付中

1歳児あつまれ! 3(水) 10:15~/11:15~★

1歳児向けの遊びと、ママのおしゃべりができる場を2階研修室に作ります。各8組:キャンセル待ち受付中

### <対象別>

プレママDAY 2(火) 14:00~

初めての出産を控えた方向け。先輩ママに子育ての様子やベビーグッズの話を聞かせませんか。

パパおいDAY 27(土)

10~12時は2階研修室でパパとお子さんで自由に遊びましょう。夫婦で参加もOK!

### ●専門相談の日●

栄養相談 19(金) 10:30~11:30★

テーマは「食事のリズム」。調理デモンストレーション・個別相談もあり。10組:受付3/5~

母乳・助産師相談 27(土) 13:30~★

産後のママの体や赤ちゃんのことなど相談できます。1人20分/4組:受付3/13~

### ●ママたちのグループ活動●

いっぽ利用者さんたちが、いろいろな活動をしています。どの活動もメンバー募集中。いつでも見学OKです!

びよびよ 2(火)・18(木) 10:30~12:00

読み聞かせやパネルシアターの練習をしています。

ちょきちよき 30(木) 10:00~11:00

色紙の工作や絵を描いてひろばの飾りを作ります。

スイミー 11・25(木) 10:30~★

体ほぐしの体操や発声をしてリフレッシュ。オンライン参加や見学だけでも可。受付中。

あみあみ 25(木) 13:30~15:00★

かぎ針を使って、おしゃべりしながら楽しくニット小物を作っています。5組:受付3/11~

気になる子のサロン 4(木)10:30~・31(水)10:15~★

子どもの発達のことを参加者同士で話すサロンです。4日はいっぽ2階研修室 8組:受付中  
31日は公園でお花見 受付:3/17~

ふたごの日 23(火) 11:00~12:00★

ふたご育児の楽しさ、大変さ等を皆でおしゃべりしましょう。8組:受付2/27~

ふたごオンライン 12(金) 10:30~11:30★

「先輩ママの部屋」先輩ママとオンラインでいろいろお話ししましょう。4組:受付2/26~

### <誰でもOK>

外あそびの日 12(金)・24(水) 10:30出発

いっぽ近くの日向山公園でみんなでいっしょに遊びましょう。雨天中止。

公園であそぼう! 4(木)・17(水) 10:30現地集合

4日は十日市場中里公園、17日は十日市場石田公園に行きます。基本現地集合となります。雨天中止。

ひろばお話し会 5(金)・16(火) 14:00~

ボランティアさんによる、絵本・わらべうた・季節のうたなど、ひろばで楽しみましょう。

### おすすめ! いっポイント

#### ●mamaのしゃべりば ★要予約

※オンライン参加も可 🧴

#### ●シングルママのしゃべりば

6(土) 10:30~11:30 定員:5組 受付中

#### ●手話でおしゃべりしよう

12(金) 10:30~11:30 定員:5組 受付中

\*初めてでも大丈夫です。

#### ●ご当地トークでもあろう!~北海道編~

16(火) 10:30~11:30 定員:6組 受付:3/2~

\*北海道に縁のあるママあつまれ!

#### ●mamaのしゃべりばオンライン ★要予約

●お家の近くのことをおしゃべりしよう

9(火) 11:00~12:00 鴨居編 受付中

9(火) 14:00~15:00 十日市場編 受付中

\*オンライン(zoom)のみのプログラムです[。

#### ●子育て講座~卒乳のおはなし~★

10(水) 10:30~11:30 定員:8組 受付:2/24~

※緑区の助産師さんによる、卒乳のすすめ方のお話しです。オンラインの参加も可。

### 《4月前半の各種申込み開始日》

●あかちゃんとのふれあいあそび 4/6(火)

定員10組:受付3/23(火)~

●1歳児あつまれ! 4/7(水)2回開催

定員各8組:受付3/24(水)~

# IPPOリレートーク

## 息子のお気に入り

いっぽ利用者ママの  
リレートークです！



2歳の息子のお気に入りには“恐竜”です。元々動物も好きなのですが、雑誌の付録DVDを見てから恐竜にもハマりだしました。高いものでなくとも100円ショップにもなかなか立派なフィギュアがあり、ついつい買ってしまい…今ではおもちゃ箱が恐竜でいっぱい！それを時には両手に持って踊ったり（笑）息子なりのストーリーがあるようで、一生懸命並べたり戦わせたりして遊んでいます。一緒に恐竜図鑑を見たりしているうちに、私も恐竜の名前を覚えたり…息子のおかげで知らなかった世界を知ることができ、楽しいです。いつか恐竜王国である福井へ行ってみたいね、と家族で話をしています^^【ニックネーム：あつ母】



## 【横浜子育てサポートシステム】

「ちょっとの時間、子どもを預かって欲しい」…横浜子育てサポートシステムは、子育て中に誰かの手を借りたい方（主に預かりや送迎）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。



子育てサポートシステムは「生後日57日以上から小学校6年生までのお子さんをお持ちの方」が誰でも利用できる制度です。子育てを1人で頑張ろうとしていませんか？おうちの近くに誰かの力になりたいという気持ちのある提供会員さんが登録しているかもしれません。この機会に地域の温かさにふれてみてはいかがでしょうか。

3月の説明会は  
13(土)10:30～ いっぽ 定員8名/16(火)15:10～ はなまる 定員4名  
24(水)10:30～ いっぽ 定員8名

上記の日程に都合が合わない場合は緑区支部（982-3521）までご相談ください。

緑区の子育て情報サイト  
「みどりっこひろば」は  
こちらから

いっぽの情報はこちらから



緑区のキャラクター  
ミドリン



HP

Blog



YouTube

Instagram



## いっぽでこんなこと始めるよ！



毎月実施している「外あそびの日」はいっぽ近くの日向山公園で行われていますが、3月から他の公園でも遊ぶ「公園であそぼう！」が始まります。いつもと違う公園デビューしてみませんか？新しい発見があるかも！

自然の中で五感を使ってリフレッシュしましょう。

3月は4日(木) 十日市場中里公園 10:30～12:00

17日(水) 十日市場石田公園 10:30～12:00

原則現地集合・現地解散となります。いっぽからスタッフと一緒に行く方は10:15 出発です。



十日市場中里公園



十日市場石田公園

## 【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。  
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。

「じっくり相談日」もあります 3/18(木)  
予約もできます。2/12～

子育てパートナー専用  
TEL 045-272-5643  
Eメールでのご予約も可  
kosodate@midori-ippo.com



専任スタッフ 太田

通信 2020/5 月号に掲載

スタッフの「これからチャレンジしたいこと」  
どこまで達成できたかな？コーナー

## 「やっと…自分ファースト」

子育てや介護…色々な犠牲のもとに自分は生活していて自由がない…そんな被害妄想にずっと囚われていたようで…。調子によって、これからチャレンジしたいことを「自分ファースト」にしてみた。そんなことをつぶやいてみたら、言葉とはよく言ったもので、私がお世話をしていると(勝手に?)思い込んでいた人たちが、まるで予言の書のようにそれぞれの事情で私のもとから一度に巣立っていき…「そして、誰もいなくなった」…。しがらみがなくなって「やっと…自分ファースト」。自分の好きなことをするぞ～！と張り切ってみたが、いざ自由な状況になると取り残された感と、ずっと自分のことを後回しにしていた習慣で、人のペースに合わせ続けた人生だったことに改めて気づいた次第。今子育て真っ最中のママたちもいつか来る自分ファーストに備えてください。私が自分ファーストでやりたいことは、あつ、文字数が足りなくなりました!?(河野)



## 発行：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

<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

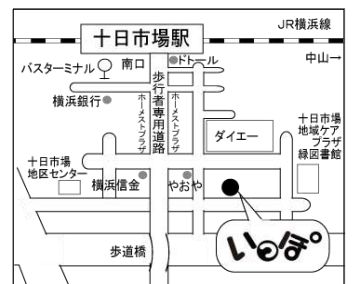
※ 月曜日が祝日の場合、翌火曜日も休館

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 法人グリーンママが緑区と協働で運営しています。

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。



<JR 十日市場駅南口徒歩 3分>