



# 通信 vol.171

## 2021年11月号



いっぽは妊娠期から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。

**第2・4火曜日12時過ぎから**  
「ファームふたば」さんの野菜販売があります。

**火曜日12時過ぎから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。

**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。

### ひろばの利用方法

【開館時間】10:00～16:00 ※予約不要

【定員】20組または40名で入場制限  
※リアルタイムの利用状況はいっぽHPで確認できます。

※入館時 ①検温 ②石けんで手洗い ③健康チェックシートに記入  
④保護者はマスク着用・子どもについては、着けられる子どもはマスクの着用をお願いします。

※保健所等から自宅待機を求められている方は利用できません。  
※ひろばで昼食・離乳食・間食をとることは出来ません。  
※その他、利用にあたっての詳しいお願いは、いっぽHPでご確認ください。  
ご協力よろしくお願ひいたします。

**11月のカレンダー** 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。

★は要予約。右のQRコードから、またはHPのカレンダーから。



火	水	木	金	土
2 <b>びよびよ</b> 10:30～ ふれあいあそび★ 13:15～14:00 パートナーじっくり相談 ※詳細は裏面参照	3 <b>休館</b>	4 <b>スイミー★</b> 10:30～ (zoomも可)	5 <b>1歳児あつまれ！★</b> 10:15～/11:15～ 外あそび10:20出発 お話し会 14:00～	6 <b>子ども手話★</b> 10:30～11:30 (zoomも可)
9 <b>ねんねサロン</b> 10:30～11:00★ はじめてのいっぽ★ 13:30～14:30 ダブルケア10:30～★ (zoomも可)	10 <b>ねんねサロン</b> 10:30～11:00★ はじめてのいっぽ★ 13:30～14:30 ダブルケア10:30～★ (zoomも可)	11 <b>サポート提供会員予定者研修会</b> 9:30～12:50★ ※裏面参照	12 <b>外あそび</b> 10:20出発	13 <b>サポート提供会員予定者研修会</b> 9:30～15:00★ ※裏面参照
16 <b>手話のしゃべりば★</b> 10:30～(zoomも可) 公園であそぼう10:30～(竹山中公園) お話し会 14:00～	17 <b>気になる子のサロン★</b> 10:30～12:00	18 <b>ちよきちよき</b> 10:00～ びよびよ10:30～ サポート説明会14:00～★ ※裏面参照	19 <b>栄養相談★</b> 10:30～11:30	20 <b>パパおいDAY</b> パパと公園であそぼう！ ※詳細は裏面参照 母乳・助産師相談★ 10:30～12:00
23 <b>休館</b>	24 <b>ふたごの日★</b> 11:00～ (zoomも可)	25 <b>スイミー★</b> 10:30～(zoomも可) プレイパークへ行こう！★ 9:55集合 あみあみ 13:30～★	26 <b>ねんねサロン★</b> 10:30～11:00 ふれあいあそび★ 13:15～14:00	27 <b>サポート説明会</b> 10:30～★ ※裏面参照
30 プレママ見学会 10:30～★	<b>各プログラムは変更になる可能性がありますので必ずHPカレンダーをご確認ください</b>			

### ●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10/27～

### <年齢別>

**ねんねサロン 10(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10組：受付・両日とも10/27～

**あかちゃんとのふれあいあそび2(火)・26(金)13:15～★**

手遊びなどみんなで一緒にいき、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。対象：6か月～ 各10組：受付・両日とも10/19～ ※来月12/7・16の受付は11/24～

**1歳児あつまれ！ 5(金) 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10組：受付10/22～ ※来月12/1の受付は11/17～

### <対象別>

**プレママ・プレパパ welcome プログラム**

初めての出産を控えた方向け。このマークの日時に実施。詳細はHPマタニティコーナーで。

**パパおいDAY 20(土)**

今月は公園で遊びます！長坂谷公園(寺山町)に10:30現地集合。雨天中止です。

**気になる子のサロン 17(水) 10:30～12:00★**

子どもの発達のことや気になることを話すサロン。今月はプチ講座を開催します。13時までランチ可。8組：受付中

**ふたごの日 24(水) 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。13時まで参加自由のランチタイム有。オンライン参加も可。8組：受付10/30～

### <誰でもOK>

**外あそびの日 5(金)・12(金) 10:20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！ 16(火) 10:30～12:00**

竹山中公園に行きます。待ち合わせ場所等の詳細はP参照。現地集合・解散。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★** ※オンラインも可

- ・6(土) 10:30～11:30 子ども手話
- ・10(水) 10:30～11:30 ダブルケア
- ・16(火) 10:30～11:30 手話のしゃべりば

\*各予約開始日・定員・内容についてはHPのカレンダー参照。

公園であそぼう！特別編

●**ねんじゅ坂プレイパークへ行こう！★**

25(木) 9:55集合(十日市場駅南口) 5組：受付11/11(木)～  
持ち物：水分・着替え・バス代・お弁当(必要な方)

\*10:05十日市場出発のバスに乗ってスタッフと一緒にいきましょう。現地集合でも可。その場合は予約不要です。森と川に囲まれた三保のねんじゅ坂プレイパークで遊びましょう。

プレママのための

●**いっぽ見学会&マタニティカフェ★**

30(火) 10:30～12:00 6組：受付中

\*いっぽを産前に見学会して産後120%活用しよう！同じ地域で子育てをしていくマタニティさん同士で情報交換しましょう。

### ●専門相談の日●

**栄養相談 19(金) 10:30～11:30★**

「おやつについて」。10組：受付11/5～ 離乳食の個別相談もできます。

**母乳・助産師相談 20(土)10:30～12:00★**

産後のママの体や赤ちゃんのことなど相談できます。マタニティの方もどうぞ。4組：受付11/6～

### ●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。

**ちよきちよき 18(木) 10:00～12:00**

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 4・25(木) 10:30～★**

体ほぐしの体操や発声・歌ってリフレッシュ。オンライン参加や見学も可。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。8組：受付11/11～

## 私たちのお気に入り

いっぱい利用者ママのリレートークです！

1歳3か月になり、歩けるようになったので、先日初めていっぱいの“外あそびの日”に参加しました。初めての公園はたくさん不思議な体験ができました。どんぐりを拾ってみたり、初めてしゃぼん玉を見て楽しそうにしていました。お砂場も初体験で楽しかったようで、ずっと遊んでいました。いつも子どもたちのことを考えたイベントをしてくださり、ありがとうございます。娘も私も『いっぱい』が大好きです。  
(みおママ)



## 【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（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。



11月の入会説明会は

- 16 (火) 15:10～ はなまる 定員 4名
- 18 (木) 14:00～ いっぱい 定員 8名 ※午後開催
- 26 (金) 10:30～ ながつたパオパオ 定員 3名
- 27 (土) 10:30～ いっぱい 定員 8名

※HP または電話にてお申込みください。

※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。

11月は、お手伝いする会員になるための研修（全3日間）をいっぱい会場にして開催します。研修の中には指導員のもと乳幼児の心肺蘇生法とAEDの実習をしたり、実際に活動している会員さんから具体的な活動内容やご自身の思いなどのお話を聞いたりもします。新たな会員さんの登録と活躍に期待しています！！

緑区の子育て情報が満載☆ 見るだけでも楽しいサイト「みどりっこひろば」は、こちらからどうぞ！

いっぱいの情報はこちらから



緑区のキャラクター ミドリリン



HP

Blog



YouTube

Instagram



## 11/20(土)のパパおいDAY

11月の「パパおいDAY」は…

### パパと公園あそび！

時間:10:30～12:00

いつも平日に行っている公園遊びですが、今回は土曜に長坂谷公園へ行きます！予約不要。

いつものシャボン玉、なわとび等に加え、パラバルーン、どんぐり工作もやっちゃおうかな～。

中山駅からバス10分、駐車場もあるのでお車でも。

ぜひご家族で遊びに来てね★

昼食持参の方は解散後にどうぞ。

雨天中止です。

(中止の場合はHP・インスタにてお知らせ)



<前回の「パパと公園あそび」の様子>

## 【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。11/2(火) 予約もできます。受付中。

子育てパートナー専用  
TEL 045-272-5643  
Eメールでのお問い合わせ  
soudan@midori-ippo.com



専任スタッフ 太田

11/11(木) 13:30～みらいポケットにて出張相談します！

## 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

「ジョギング」 昨年初めて緊急事態宣言が発令された4月に色々な施設が閉まり、通っていたスポーツクラブも休館。泳ぐことが大好きな私はプールの代わりにウォーキングを始めました。たまたま測った骨密度が平均以下で、骨には衝撃を与えた方が良く知り、ジョギングにもチャレンジ。新しいジョギングシューズを買い、家から1時間走り続けて戻って来られた嬉しさのあまり、足首に違和感があったのに「ここで辞めたら3日坊主になってしまう…」と少し痛いのを我慢して3日間走り得ない結果となりました。その時学んだのが“無理をしてはいけない！”ということです。今は週1回だけランニングマシンで走ったり歩いたりしています。マスクを外して走れる日が訪れることを願って…(池田)



## 発行：緑区地域子育て支援拠点いっぱい

〒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

※「いっぱい」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、いっぱい臨時休館となります。

いっぱい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>