

せや子育て応援マップ 「ぐるとなび」第7版完成!!

でんでんむしが表紙の「ぐるとなび」は、公募で集まった子育て中のぐるっとリポーターがおすすめのポイントを選んで、取材して、原稿を書いて仕上げたお出かけマップです。今回の表紙はレモン色！公園情報を始め、内容を追加、更新しています。マップ片手にあちこち訪ねてみてくださいね。



- A5版オールカラー
- 全32ページ
- 配布場所 にこてらす、瀬谷区役所4階、地区センター、地域ケアプラザ、コミュニティ・スクール、親子のつどいの広場 など

ひろばのご利用に関して

- 12:00～13:00はランチタイムです
(離乳食は、いつでもとることができます)
- 空気を入れ替えをしています
- ひろば混雑状況の表示をご覧ください
ホームページ、せやまる建物入口(駐車場側)、にこてらす入口
- マスクの着用は個人判断にお任せします。

横浜子育てサポートシステム

子どもを預かってほしい方、子どもを預かることができる方が会員登録をして使えるシステムです。



入会説明会(参加無料)

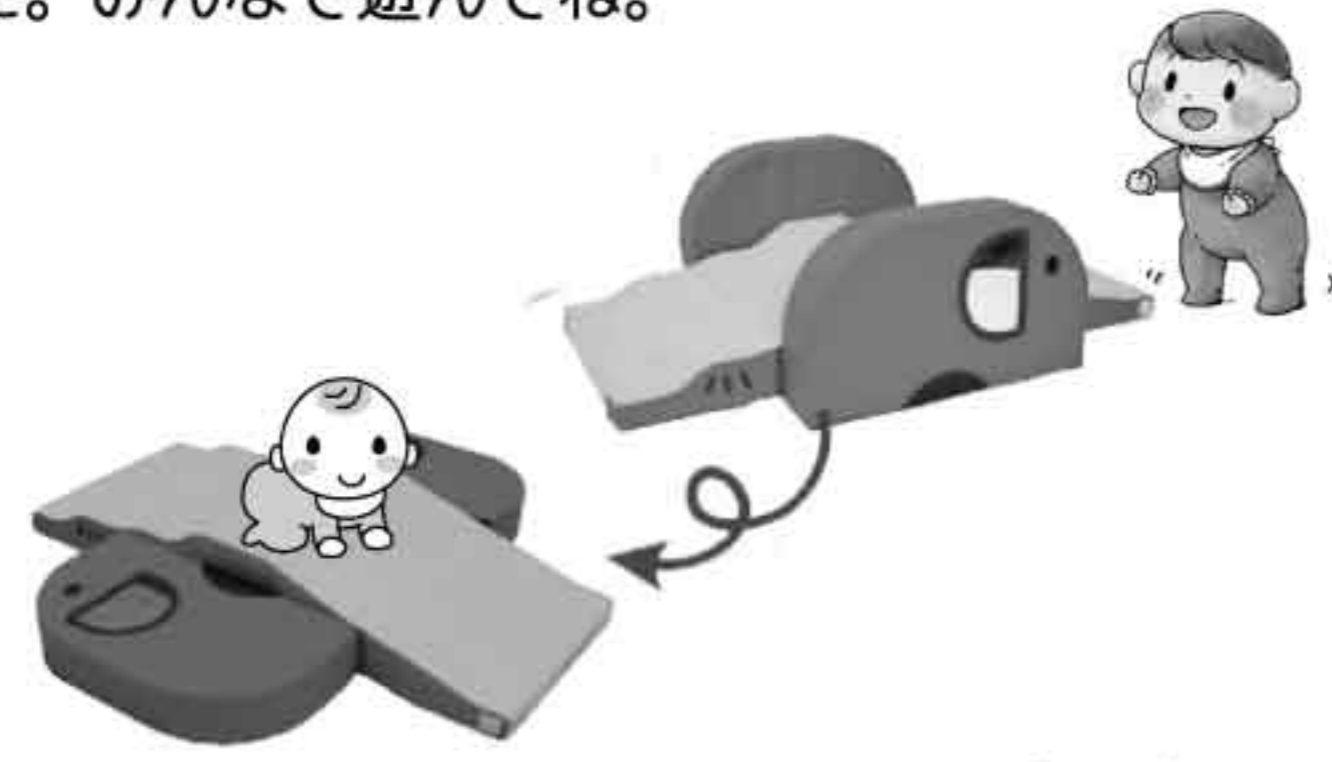
個別での説明もできますので詳しくはこちらでご相談ください。

- 出展 7日(木) 10:30～12:00 親子のひろばまんな(ひろば利用料がかかります)
- 8日(金) 13:00～14:00 にこてらす研修室
- 27日(水) 13:00～14:00 にこてらす研修室

申込●電話または直接
横浜子育てサポートシステム瀬谷区支部事務局
電話 045-744-7207 (9:30～17:00)
お子さん連れで参加いただけます。申込時にお伝えください。

みんなで体を使って遊ぼう!

ハイハイやヨチヨチ歩き時期のお子さんは斜面で遊ぶのが大好き! ずっと斜面で遊べるものがほしい~と思っていたのがついに!! ひろばに入りました。その他大きいお友だちも室内で遊べる遊具が増えました。みんなで遊んでね。



※イメージです

予約不要・参加無料

お近くの方は、ぜひ遊びに来てね。
にこてらすスタッフと地域の人で待っています。

5(火) 10:00～12:00
橋戸南町内会館 ちょこっと工作
(橋戸3-20-1)

19(火) 10:00～11:30
阿久和地域ケアプラザ ひろばで遊ぼう
子育てパートナー相談もできます

子育て家庭の無料相談窓口

横浜子育てパートナー(利用者支援専任スタッフ)が、必要に応じた情報提供を行い、出口が見えるまで寄り添います。

対象 ■妊娠中から子育て中の家庭(ママ、パパ、祖父母世代もどうぞ)
日時 ■火～土曜日 9:30～15:30
※祝日・年末年始・特別休館日を除く

相談専用ダイヤル 045-744-5554

※中国語・ベトナム語の通訳をつけて相談することもできます。

～出張相談～

- 8日(金) 10:30～12:00 ひろば「きりかぶ」(要予約)
- 19日(金) 10:00～12:00 ひろばネスト
- 15日(火) 10:00～11:30 阿久和出張子育てひろば
- 22日(金) 10:00～12:00 下瀬谷地域ケアプラザ

にこてらす インフォメーション

☎ 045-391-8316

開館時間 ●火～土曜日 9:30～15:30

休日 ●日曜日、月曜日、祝日、施設点検日等と、

月曜日が祝日及び振替休日の場合は翌火曜日もお休みです。

対象者 ●妊娠中やその家族、未就学のお子さんと保護者、
地域の子育てを応援したい人

利用料 ●無料 利用には登録が必要です。

住所 ●〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町469

TEL ●045-391-8316 FAX ●045-391-8447

メール ●info@nico-t.jp URL ●http://nico-t.jp



三ツ橋南口商店街 ミックルUDプロジェクトに賛同しています。



にこてらす HP

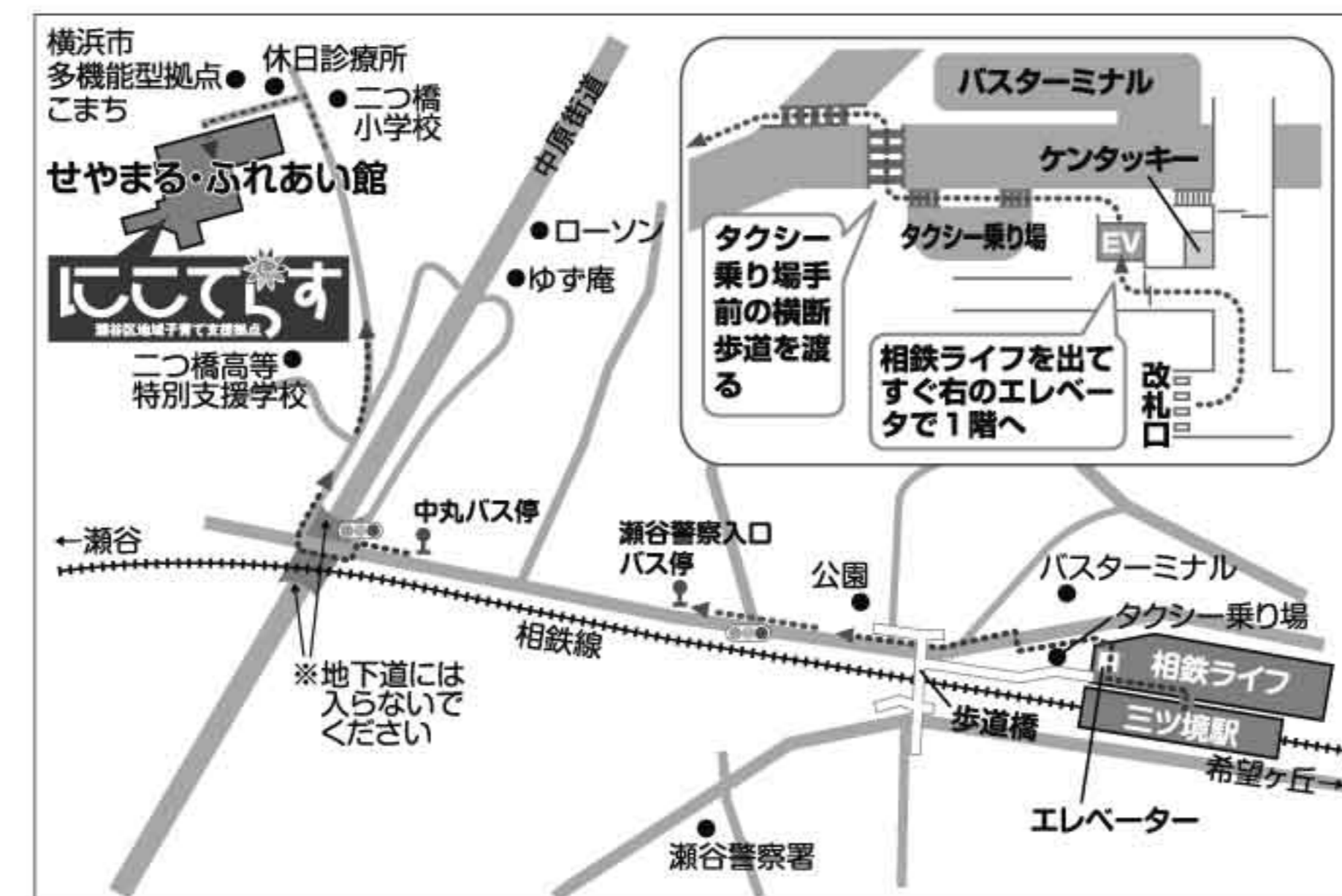


facebook



Instagram @nicopy8316

アクセス ●
電車の場合 ●相鉄線三ツ橋駅から徒歩12分
お車の場合 ●駐車場台数に限りがありますので、できるだけ公共機関をご利用ください。



「にこてらす」はNPO法人さくらんぼが瀬谷区から受託して運営しています。

瀬谷区地域子育て支援拠点にこてらす

「にこてらす」は、あなたの子育てが
Happyになるよう応援します。
ここでの過ごし方はあなた次第。
おうちとは違う空間で
子どもと開放的に遊んだり、
のんびりとひなたぼっこしたり、
たまにはグチをこぼしたり...
みんなで子育てしましょう!

あそびにきてね。まってるっぴい~
Welcome and meet new friends
等候大家来这里一起游戏
Hãy đến vui chơi, chúng tôi luôn đón chờ

おいでよ!
にこてらす
2024
3月号
Welcome 欢迎 Chào mừng

にこてらすの ココ照らす

地域子育て支援拠点「にこてらす」ってどんなところ?

今年は、瀬谷区の乳幼児の子育てを応援するために行っている
にこてらすの事業アレコレをご紹介します。

人材育成・活動支援事業 その他編

子育て中の方や地域の方がさまざまな形で
「できることを、できる範囲で」子育て支援に
取り組んでいます



令和6年3月6日より
事前登録開始!

入退館はスマホで、 利用登録や予約はおうちでできるように!

今までの登録カードはなくなります。
事前登録の上、スマートフォン等で二次元コードをかざし
入退館出来るようになります。
(プログラムや相談の予約も順次開始予定)

3月6日(水)から事前登録ができるようになります。
利用開始は4月からです。
詳しくはにこてらすでご案内します。

先輩ママが地域で楽しく活動

①WATAGE

子育てサークル「たんぽぽ」を卒業した手芸が好きなママが、集まって活動中。プレママ向けのマタニティマークのデコレーションの制作もしてくれています。

ひろばで活動をPRすることもできますよ~



②にこサポーター

にこてらすを卒業したママが、ひろばで子どもとあそんだり、発送作業をしてくれています。

子育ての悩みに効く ちょっとしたヒント

子育ての正解は一つではありません。自分なりの子育てを楽しめるよう、ちょっとした「コツ」をご紹介します。

子どもに強くあたってしまったときには

子どもに対するケア
悪かったと思ったら「強く
言いすぎちゃったね、ご
めんね」など素直に伝えて。
スキンシップや言葉
で伝えることで子どもは安心
できます。

自分に対するケア
感情のコントロールが難
しいのは心がSOSのサイン
を出しているのかも。
無理せず休んだり、まわ
りを頼ったりして。

「瀬谷区でいっしょに育てよう 瀬谷区子ども家庭支援課」より抜粋



- ① 申し込みが必要なプログラムです。☎045-391-8316 か「にこてらす受付カウンター」に直接お申し込みください。当日でも、空きがあれば先着順で参加申し込みが出来ます。
- ② 研修室 研修室で実施するプログラムです。ひろばは通常通り利用できます。
- ③ にこポンテ 発達障がい、重症心身障がい等のお子さんを持つ先輩ママが、豊富な経験と知識で相談に応じます。
- ④ 中 我们这里有会中文的工作人员（中国語を話せる上海出身のスタッフがいます。）
- ⑤ E There are staff who can speak simple English. (簡単な英語を話せるスタッフがいます)
- ⑥ T Có nhân viên người Việt Nam (ベトナム出身のスタッフがいます。)
- ⑦ 地域いきいきタイム 子育てを応援する地域の方が活躍する時間です

火	水	木	金	土
27 ① 子育てサポートシステム 入会説明会 10:00~11:00 ④ 中 E 12:00 で閉館 職員システム研修のため	28 ☺ やこ先生の プチリトミック♪ 11:45~12:00 ① 中 E ② ダウン症等のある 乳幼児ちゃんとその家族の ゆったり時間 13:00~14:30	29 ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム	1 ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 桜の手形で壁面リース作り 3/1 10:30~ 3月中いつでも作れます。	2 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム
5 ① 中 E ② 2歳児の わいわいトーク 10:10~11:00 ※火災を想定した避難訓 練を実施します。ご協力 をお願いします。	6 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 新システム 利用者登録開始 桜の手形で 壁面リース作り 10:30~	7 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 薬 10:00~14:00	8 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 瀬谷スポーツセンター共催 やこ先生の リトミック♪ 11:15~12:00 ① 子育てサポートシステム 入会説明会 13:00~14:00	9 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00
12 ☺ はじめての そとあそび 10:30~11:30 3/12~4/6は にこてらす♡あいてらす月間 支援学校や近隣他機関との交流を紹介しています。	13 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 40代からのしゃべり場 13:15~14:15	14 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム おはなし玉手箱 11:30~12:00	15 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム ベビーヨガ 10:00~10:45	16 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム にこパパの日 10:30~11:30
19 ☺ 影絵グループ はないちもんめ 10:30~11:10 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム	20 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 休館日 春分の日	21 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 臨 9:30~12:00	22 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム 助産師と話そう! 産前産後トーク&ヨガ 10:00~11:30	23 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00
26 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム	27 ☺ ニッ橋保育園 おたのしみタイム 11:45~12:00 ① 子育てサポートシステム 入会説明会 13:00~14:00 ② ダウン症等のある 乳幼児ちゃんとその家族の ゆったり時間 13:00~14:30	28 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム コ 9:30~11:30 3月生まれの お誕生日の集い ① 11:45~12:00 ② 15:00~15:15	29 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム	30 ① 中 E ② 中 E ③ 中 E ④ 中 E ⑤ E ⑥ T ⑦ 地域いきいきタイム

ひろばで気軽に専門家に相談できます

無料。妊婦さんもどうぞ。

管理栄養士

管理栄養士さんが離乳食のすすめ方や、メニューの相談にのってくれます。

臨床心理士

子育て中のネガティブや想いや悩みを、心の専門家に相談できます。個別相談
※予約相談は初めての方、優先になります。
① 9:45~10:30 ② 10:40~11:25
上記以外に、ひろばでフリーにご相談いただけます。
要予約 でんわしてください

薬剤師

薬剤師さんにお薬の飲み方や、塗り薬の使い方、お薬に関する相談ができます。

保育・教育コンシェルジュ

保育所、幼稚園に関する相談が、子どもを遊ばせながら気軽にできます。

初めてにこタイム
2日(土) 10:15~11:15

初めてはドキドキしちゃう方には「初めてにこタイム」がオススメ!初めてさん同士、おしゃべりして過ごしてみませんか?

対象 ① 初めてにこてらすを利用する方
定員 ⑤組
申込 ② 受付中 でんわしてください
※新規登録のため、なるべく10:00までにお越しください



2歳児のわいわいトーク

5日(火) 10:10~11:00

「みんなはどうしてるの??」
誰かの子育てが、あなたの子育てのヒントになるかも。
※にこポーターによる子どもの見守りあり

対象 ② 2歳児のいるご家族
定員 ⑤組
申込 ② 受付中 でんわしてください



プレママ&プレパパ きてみて体験!

① 9日(土) 10:00~12:00
② 23日(土) 10:00~12:00

にこてらすに遊びに来ている親子と触れ合ったり、赤ちゃん人形で沐浴をしてみたり、ベビーとの生活をちょっとだけ体験してみませんか?
講師 ● 助産師など
対象 ● これから赤ちゃんを迎えるご家族
(お一人での参加も大歓迎!)



定員 ④組
申込 ● 受付中 右のQRコードから
↑ 申込フォーム



はじめてのそとあそび
12日(火) 10:30~11:30

荒天延期 15日(金)
アウトドア派もインドア派も楽しめるかわいいお外遊びしませんか?0歳からOKです。一緒に五感を使ってのんびりしましょう。

講師 ● TEAMドルフィン 森 千佳
申込 ● 不要



40代からのしゃべり場
13日(水) 13:15~14:15

高齢出産が珍しくない時代。自分と同世代のママに出会うチャンス!子育ての楽しさや悩み、自分自身のことなど気軽におしゃべりしませんか。

対象 ● 40歳以上で0~3歳児のいるママ
定員 ● ⑦組
申込 ● ② 2/21(水) から でんわしてください

日常のありがとうをカタチに
ほっぴすてっぴありがとう Monthly

- ① 桜の形の画用紙に手形をおして、にこてらすに飾る大きな桜の手形リースを作ろう!
- ② 地域の方と一緒に♪読み聞かせや人形劇・影絵、リトミックなど楽しもう!

瀬谷スポーツセンター共催
ベビーヨガを体験しよう
15日(金) 10:00~10:45

講師 ● 湊沙織
対象 ● 4か月~1歳6か月児と保護者
定員 ● ⑩組
申込 ● 2/27(火) から でんわしてください

にこパパの日
16日(土) 10:30~11:30

パパと一緒に魚釣り遊びなど楽しい時間を過ごしましょう。
対象 ● 乳幼児とパパ(ママと一緒に参加できます)
申込 ● 不要

助産師と話そう!産前産後トーク&ヨガ
22日(金) 10:00~11:30

出産をこれから迎えるプレママさん、出産を終えて子育て奮闘中のママさん、ヨガで身体をほぐしませんか?そのあとはみんなでおしゃべりタイム!
講師 ● 助産師 森内幸美
対象 ● 妊婦さんや6か月までのお子さんとママ(母子同室)持ち物 ● バスタオル ※動きやすい服装で来てください
定員 ● ⑥組
申込 ● ② 3/1(金) から でんわしてください

ダウン症等のある乳幼児ちゃんと家族のゆったり時間
27日(水) 13:00~14:30

※外出が難しい方はオンライン参加も可能です。
詳細・申込はこちら

おもちゃ病院@にこてらす
4月13日(土) 10:00~15:00

事前申込みした上で、当日までにおもちゃを持参して下さい。
受付数 ● おもちゃ 15個まで(1家族2個まで)
申込 ● ② 3/23(土) ~ 4/10(水) まで でんわしてください

