

生きる力を育てる  
**親子おむすび講座**

2024年 5月12日 (日) 10:00~12:00

のせるだけ! つつむだけ! 栄養満点のおむすびを作ってみよう!

講師: 梅田やす子  
國學院大學蹴球部 専属管理栄養士。  
“アス”リートが栄養を補給できるおむすび「アスむすび」を考案し、簡単に栄養満点ごはんが叶うおむすび作りを発信している。

【対象】子育て中の親子 6組  
【参加費】500円 (おとな1名、子ども1名)  
【申込み】まんままで直接、またはお電話でお申込みください

おむすび  
おかず  
おみそ汁  
レシピ付!

R6年度瀬谷区いきいき区民活動支援補助金事業(予定)

みんなでつくる「私の居場所」

『まんま』は、いつでも気兼ねなく立ち寄れる近所のおうちでありたい...  
そして、『出会いの場であり、きっかけの場』でありたいと考えています。

2024年  
**4月号**

発行: NPO法人まんま

で@eru. マルシェ  
**であえるまるしえ Ver.4**

2024.6.27(水)10:00 ~ 16:00

あえる つながる シェアスペースで、  
小さなマルシェを開催します。

小物の販売やワークショップなど。  
セルフカフェコーナーもご用意しますので、  
どなたでもお気軽にお立ち寄りください♪

4/1から  
受付開始!

出店者募集中!

1ブース おおよそ1.5m×1.5m程度  
折り畳みテーブル1台(幅770×奥行376×高さ720mm)と  
イスを貸し出します。  
出店料 一般¥1000/賛助会員\*¥500  
各回 先着5ブースまで!  
お問い合わせ、お申込みはまんままで  
\*R6年度賛助会員も同時募集中!

←2023年開催の様子

親子のひろばまんま  
**周年記念イベント!**

3日間とも、ひろばは  
**通常オープン**  
しています  
遊びにきてね~♪

お世話になった皆さんへの感謝を込めて...!  
まんまをわが家のように利用してくれたみなさんと一緒に  
楽しい時間を過ごせればと思っています!  
イベント会場は1階シェアスペース@eru (アエル) です。

←イベントの詳細はこちらをチェック!

4/25 木 15:00~18:30 駄菓子屋さん&ミニ縁日  
初めましての方、お仕事終わりのお久しぶりさん、小学生、中学生もぜひ寄ってって!

4/26 金 11:00~14:00 ワールドカフェ  
地元で長年愛されている各国料理店のテイクアウト弁当を販売!  
イートインもOK (~13:30まで)! いろいろな国の言葉や料理に触れながら、  
みんなで楽しみましょう♪

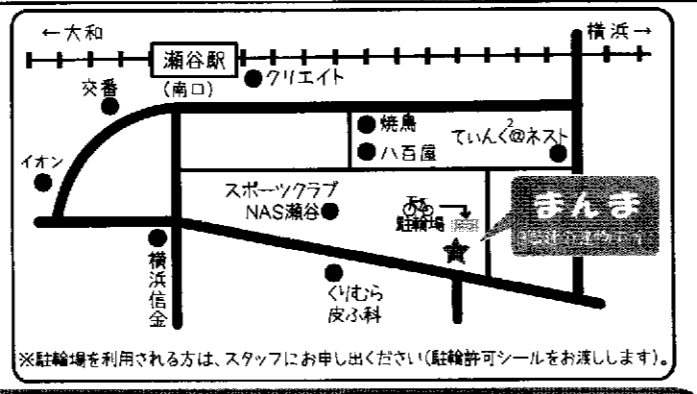
15:00~17:00 あそべるあえる  
アナログゲーム・積み木・ぬりえなど、こどもからおとなまで楽しめるユニバーサルデザ  
インなあそびを楽しもう

4/27 土 10:00~10:30 ひろば20周年お祝い会  
おめでとう&ありがとう! まんまちゃん誕生会などささやかなセレモニーをします。  
その後は14:00までフリースペースです。まんま年表などギャラリーもご覧ください。

NPO法人 まんま

〒246-0031 横浜市瀬谷区瀬谷4-7-19  
Tel&Fax●045-303-5393  
E-mail●manmanchi@r9.dion.ne.jp  
HP●https://manmanchi.jimdo.com  
Instagram・Facebookページもあるよ! ぜひフォローしてね!

ホームページ→ Instagram→



この地域に子育て支援の施設があることの重要性を広く認知して頂き、活動を継続していくために賛助  
金での協力をお願いします。賛助会費(個人¥2000/年、団体¥5000/年)です。ワンタイム寄付  
も大歓迎です。詳しくはお問合せください。

編集後記  
今年の桜は開花が早くて、どこかで聞いた気がしていたけれど、ふたを開けてみ  
れば寒い日がまだ続き、お花見は延期が多そう。まんまのスタッフの子どもたち  
は、小学校卒業、中学校卒業の子たちがいて、入学式にさくらは間に合うのか、そ  
う終わっているのか?桜の開花は一喜一憂の春ですね。

まんま通信 No.243 2024.4.1  
編集・発行●金子真澄 タイトルデザイン●吉田直美  
横浜市子ども青少年局子育て支援課 671-2705

おやこでたのしくうんどうあそび  
おやこのあそびは無限大! おとなもこどもも思いっきりあそんじゃおう!

【会場】 てっかいそらレクリエーションルーム  
(瀬谷5-3-24 瀬谷駅から徒歩5分、まんまから徒歩8分)

【対象】 ①11:00~12:00 あるきはじめ~3歳くらい  
②13:00~14:00 3歳以上~未就学 【参加費】500円

申込みフォーム↑

◆「まんま」って?◆ ①ご飯。 ②ママ。おかあさん。 ③そのまま。「あなたのまんま」でいいんだよ。

# 親子のひろば まんま

プレママさんも  
ぜひどうぞ。

地域の親子がのんびりするひろばです。

地域情報・子育て情報の提供などを行っています。

子育て中の不安や悩みなども相談に応じます。

お気軽にお立ち寄りください。

**【OPEN】月～金曜日 9:30～16:00**

(祝日、特別企画実施日は除く)

会議日の他、夏季・年末年始などにお休みがあります

【利用料】対象は、主に0～3歳の子どもとその保護者です。

会 員	入会金	¥1000	対象はお子さんではなく保護者です
	フリーパス	¥1000	購入日から1ヶ月間有効
	1回利用	¥200	当日に限り有効
ビジター	1回利用	¥500	初回はひろば利用料が無料です 但しプログラムに参加の場合は、参加費の ビジター料金がかかります。

※第1子妊娠中の方は無料で利用できます。 ※2015年4月改定  
※障がい者手帳お持ちの方は利用料半額です。

## ひろばカレンダー4月

月	火	水	木	金	
1 初めてさん、 いらっしゃ〜い 9:30~12:45 参加費・ひろば利用料無料	2	3 10:00~12:30	4 SUNSUN CAFE 焼菓子販売	5	
8	9	10 9:30~12:45	11	12 10:45~11:00	
15 ノンプログラムの日は ゆったり、まったり すごしてね!	16	17 13:00~15:30	18	19	
22 4月生まれ パステールweek 4/22~4/27	23	24 9:30~12:45	25 1階で20周年イベントを開催中〜 詳しくは表紙の記事をご覧ください〜	26	27
29	30 12:45~ ひろばOPENします	5/1 初めてさん、 いらっしゃ〜い 9:30~12:45 参加費・ひろば利用料無料	5/2 こいのぼり工作 ①10:00~13:30 ②13:30~15:00	5/3	

お知らせが出たタイミングで予約申込みを受け付けます。ひろばに直接、またはお電話でお申しください。プログラムによって、ひろば利用料の他に参加費がかかります。

**9:30~12:45** ねんね、はいはいの赤ちゃんのための、のんびりタイム。てくてくあんのキッズは午後の部でお待ちしています。

せや活動ホーム太陽本館内にあるSUNSUN-CAFEさんの焼菓子販売日です。

### パステール★week

毎月最終週は、フォトスペース&フォトフレームを設置しています。お誕生月のお子さんは、ひろばでべったん!して手形カードを作ってね。身長・体重も測れます。

お誕生月のママにもささやかなプレゼントをご用意していますので、スタッフに声をかけてください!  
お誕生月以外の方も、1枚100円で手形カードが作れます。フォトスペースと、身長・体重測定はどなたでも自由にご利用できます。毎月変わるフレームをお楽しみに!

当面の間はソーシャルディスタンスに基づき、以下の条件で開館しています。

#### ◎利用時間

午前の部 9:30 ~ 12:45  
※ランチタイム 11:30 ~ 12:30  
午後の部 12:45 ~ 16:00

#### ◎利用組数

予約制 各回7組 15名程度

#### ◎ひろばは事前予約制です。

1週間に2枠まで・翌週分まで予約可能。  
各回、定員に満たない場合に限り、当日利用OK!

#### ◎その他

入館時は手洗いをお願いします。  
\*体調の優れない場合は利用をお控えください。

スタッフ含め、大人のマスク着用は任意とさせていただきます。  
ランチタイムにスタッフがひろばの消毒作業を行いますのでご了承ください。



### 初めてさん、いらっしゃ〜い

4月1日(月) 9:30~12:45

5月1日(水) 9:30~12:45

親子のひろばってどんなところ?

引っ越してきたばかりで

瀬谷のこと、わからなくて...もっと知りたい!

そんな初めてさんのための時間です。

ひろばの利用のしかたや、子育ての悩み、地域情報など、

ゆっくりおはなししましょう。

**初回に限りひろば利用料無料**



### おはなしたまてぼこ

12日(金) 10:45~11:00

毎月1回、楽しい読み聞かせの時間がスタートします。季節の絵本やみんなが大好きなあの絵本など、なにが飛び出すかわからない、わくわくTimeです。

**参加費無料(ひろば利用料のみ)**

### こいのぼり工作

5月1日(水) ①13:30~15:00

2日(木) ②10:00~11:30

③13:30~15:00

こいのぼりをかたどった台紙に、ウロコに見立てた手形をペタペタして作ります。成長の記念にもなりますよ。

★絵の具を使用するため、当日は汚れてもよい服装で参加してください。

★受付は終了30分前までをお願いします。

**【定員】各回7組**

**【参加費】会員¥200 ビジター¥300 (1セットあたり)**



~ある日のひろば~  
お天気の良い  
暖かい日でした。  
窓辺にテーブルを出して  
ランチタイム♪

### 「もしたべ」やってみたら...!?

毎年恒例4月号ではまんまスタッフが「占い」でご紹介していますが、今年は「もしたべ性格診断」。統計学と心理学に基づく「ディグラム診断」をベースに、31種類の食べ物のキャラに例えるというもの。スタッフ12人でそれぞれやってみるところ、なんと10キャラが登場。ええ〜こんなバラバラになるう〜?ということ占星術も動物占いもばらばらな、個性豊かなスタッフがそろっている「まんま」なのでした。みんなちがって、みんないい!ちなみに...赤飯さま、ショートケーキちゃん、お新香さん、サンドイッチさま、ラーメンさん、そばさん、焼肉くん、寄せ鍋くん、ピピンバくん(2人)、肉じゃがさん(2人)という結果でした。みんなもやってみてね。



GWの休館日は、  
5/3(金)憲法記念日、  
4(土)みどりの日、  
5(日)こどもの日、  
6(月)振替休日、です。  
7(月)から通常オープンです!



一人で不安を抱え込まないで、話してみませんか?

### こどもの育ち相談日 ぽれぽれ



ひろばで、子どもを遊ばせながら相談できます。料金：ひろば利用料がかかります。

4/3(水) 10:00~12:30

4/10(水) 13:00~15:30

相談員：瀬谷区発達障害理解啓発グループ

antmama 小松直美氏



1階シェアスペースで、ゆっくり個別にお話を伺います。対象は、乳幼児期から思春期くらいまでのお子さんと保護者です。スタッフが同席しますので、子連れでも相談できます。料金：500円(施設利用料として)

4/17(木) ①10:00~11:00 ②13:30~14:30

各回1組 完全予約制。お電話ください。

相談員：瀬谷区発達障害理解啓発グループ

antmama 八木澤恵奈氏

詳しくはHPぽれぽれのページもご覧ください!

