

ひろばのご利用に際して

＜当面のひろば開館時間＞9:30～15:30

●水分補給のみ可能です

授乳と離乳食は、授乳室でどうぞ。

●空気の入替えをしています

●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

●感染状況により変更する場合があります。最新の情報はにこてらすにお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ご協力をお願いします。

にこてらすのスタッフが
プレイルームに行きます！
毎月開催しているので、
お近くの方は、ぜひ遊びに来てね。

阿久和田地区センター プレイルーム
9月16日（金）10:00～12:00
下瀬谷地域ケアプラザ 多目的ルーム
9月27日（火）10:00～11:30

横浜子育てサポートシステムからのお知らせ

ちょっと子どもを預けたい時に気軽に使ってもらえる、地域の有償の支え合い活動です。保育園、幼稚園の送迎やリフレッシュしたい時等、理由は問いません。預かる方も、預けたい方もまずは入会説明会にご参加下さい。お子さんを預けたい方は説明会后、その場で会員登録できます。説明会で詳しい仕組みを聞いてみませんか？

“子サポ”については、こちらをご覧ください→



入会説明会（参加無料）

9月 2日（金）10:00～11:00 にこてらす研修室

9月 7日（水）10:30～11:30 まんま家レンタルスペース（親子のひろば まんま1階）

9月27日（火）14:00～15:00 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。

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

休館日●日曜日、月曜日、祝日。

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●主に0～3歳の未就学のお子さんと
その保護者

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

FAX●045-391-8447

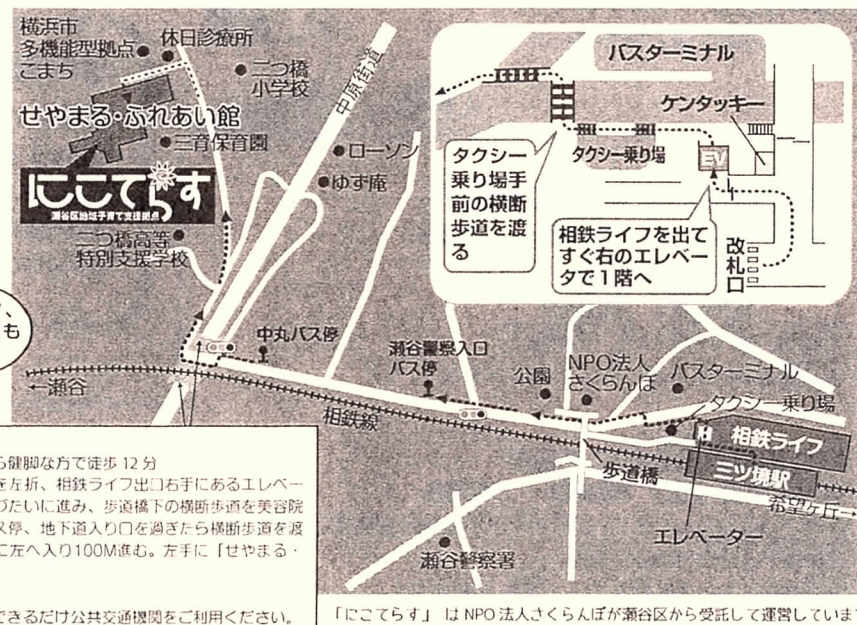
メール●info@nico-t.jp

URL●https://nico-t.jp



にこてらすHP

＜アクセス＞
●電車の場合●相鉄線三ツ境駅から徒歩12分
駅改札を出てすぐ左折、次の角を左折、相鉄ライフ出口右手にあるエレベーターで1階へ。タクシー乗り場つたいに進み、歩道橋下の横断歩道を美容院側へ渡り、歩道を進む。中丸バス停、地下道入り口を過ぎたら横断歩道を渡る。右にカーブを進み、道なりに左へ入り100M進む。左手に「せやまる・ふれあい館」の入り口あり。
●お車の場合●
駐車場台数に限りがあります。できるだけ公共交通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。

にこてらす① ～休日子どもと一緒に～パパ講座

現役子育て中のパパ講師が経験談も交えた楽しい講義と遊びの仕方をレクチャーします。

日時：全3回 9/25・10/23・11/13 全回日曜日
10:30～12:00

対象：0歳から未就学児のお子さんとパパ 15組（先着制）
会場・主催・申込：

二ツ橋第二地域ケアプラザ ☎360-7855

協力：瀬谷区地域子育て支援拠点にこてらす

3回連続講座ですが、すべての回の受講が難しい場合1回のみの受講も可能です。

にこてらす② 瀬谷区子育て応援イベント

「きて！みて！して！みんなであそぼう！」

10月11日（火）から子育て応援イベントが瀬谷区内各地でスタートします。イベントにきて！地域で子育てを応援している人を知って！いっしょに、公園あそびをしませんか？「手形アート」イベントも各所で開催。
#せやでこそだて で検索。



瀬谷区地域子育て支援拠点にこてらす

「にこてらす」は、あなたの子育てがハッピー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こ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



Welcome 欢迎

今月の コミュニケーション

ひろばへ遊びにきてくれたママやパパの皆さんに、

おもしろテーマや今ドキの子育て世代の共通テーマ、

余りがちな食材を使ったアイデアレシピをアンケート調査してみました！

この話題をネタに、ひろばで盛り上がりましょう♡

子どもに起きたビックリ(°Д°;) 教えてください～い!!



1位 病気

熱く急な発熱/高熱/いつもと変わらない様子だったのに触ったら「すごい熱!!」状態（尿路感染症だった）そんな時に限って体温計が電池切れ・嘔吐（初めて嘔吐した時/ミルクをいっぱい吐いた/夜中にいきなり吐いた…たぶん食べ過ぎ/8ヵ月の時に嘔吐咳で呼吸も荒く栄養も睡眠も取れずで2日間入院になった）・アレルギー（夜いきなりじんましんが出た/朝起きたら全身じんましん/久しぶりにミルクをあげたら口の周りが一気に真っ赤に/卵を食べて嘔吐しアレルギー発覚）・霰粒腫（さんりゅうしゅ）まぶたにたんこぶみたいなのができました・インフルエンザ検査を3回目…高熱で3回も病院に連れて行くのがかわいそうだった・プール熱で目が腫れてしまった



2位 ケガ

転んだ（テーブルの端に倒れこんで思いのほか口から出血/走って転んでおでこをテーブルにぶつけて緊急病院へ/家の中で転んで骨折していた/転んだ先に滑り台があり口から大量に出血/公園で転んでおでこから流血/初めて外を歩いたときに転んで流血したにも関わらず歩き続けていた/公園で転んでアジサイの枝の切り口で唇を切った）・脱臼（姉妹で遊んでいたら妹の腕が抜けてしまった/手を軽くつかんだら脱臼）・近所の犬にかまれて縫った・足の指がドアに挟まって爪がはがれた・唇と歯茎をつなぐ筋が切れた・口を切ったらなかなか血が止まらなかった



3位 事故

転落（ベッドから/1階のベランダから/階段から/自転車から/ソファからゴロンでも本人はケロッとしていたこちらはヒヤヒヤ）・1日に3回段差から転倒し頭をぶつけた・お風呂の中に落としてしまった・高いところから突然ジャンプ・転倒した時に吐くことが何回もあった・一緒にアイロンビーズで遊んでいたらビーズを鼻に入れてしまっただけビックリ！



番外編

歯科医院に行ったとき「歯が生えていなくても来て下さい」と言われてびっくり/歩けるようになってソファにのぼったりベビーゲートを乗り越えようとしていた時/予防接種後の発熱、腫れ/まだないです…（5ヶ月）

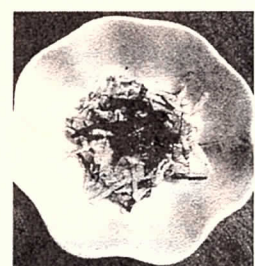
アイデア!

今月のにこレシピ「ドレッシング」

●納豆キャベツ●

- ・ひきわり納豆 1パック
- ・千切りキャベツ 適量
- ・きざみ海苔 適量
- ・ドレッシング+

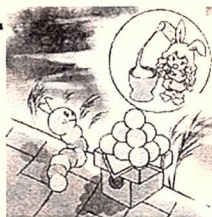
めんつゆ+マヨネーズ 各適量



ボールに全て入れ混ぜるだけ。家族に好評でした。

＜その他アイデア＞-----

胡麻ドレッシング、豚肉、かぼちゃで炒め物/肉の酒け込みダレにする/ハンバーグのタレ/ゆでたじゃが芋、玉ねぎ、にんじん、キュウリを混ぜてサラダ/お肉にかける/豆腐にかける/カットキャベツにドバドバかける



- 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、空きが出れば先着順で参加申し込みが出来ます。
- 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。
- にこポンテ** 自閉症、発達障がい、ダウン症など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。
- 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。）
- 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)
- T** Có nhân viên người Việt Nam (ベトナム出身のスタッフがいます。)
- 한** 한국어를 말할 수 있는 스태프 있습니다 (韓国語を話せるスタッフがいます。)

火	水	木	金	土
30 中 E T	31 中 E T	1 にこポンテ ※地震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。 中 E T	2 中 E 韓(AM) ①子育てサポートシステム入会説明会 10:00~11:00 中 E 韓(AM)	3 中 E T
6 中 E T	7 中 E 韓(AM)	8 にこポンテ ※ 10:00~14:00 中(AM) E(AM) T	9 中 E T 韓(AM) ①初めてにこタイム 10:15~11:15 中 E T 韓(AM)	10 中 E
13 中 E T	14 助 10:00~11:45 中 E 韓(AM)	15 にこポンテ ①臨床心理士による相談デー 10:00~14:50 中 E T	16 中 E 韓(AM)	17 中 E
20 T 休館日 敬老の日の振替休日	21 中 E 韓(AM)	22 にこポンテ コ 9:30~11:30 中 E T	23 中 E 韓(AM) 休館日 秋分の日	24 中 E ①プレママ&プレパパ きてみて体験! 10:00~12:00 中 E 韓(AM)
27 中 E T ①子育てサポートシステム入会説明会 14:00~15:00	28 中 E 韓(AM) ①高齢出産の0・1歳児ママ会 13:30~14:30	29 にこポンテ ※ 10:00~14:00 中 E T	30 中 E T 9月生まれのお誕生日の集い 11:45~12:00	10/1 中 E T

掲載されているプログラムは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、変更・中止・延期となる場合があります。参加される際は事前にホームページや電話でご確認ください。

でっき で おすあそ
デッキ de 水遊び 9/10(土)までの外気温 28℃以上で適した天候時。
AM①10:00~10:50
②10:55~11:45
PM①13:00~13:50
②13:55~14:45
持ち物●バスタオル、着替え
ベビーの水遊びデビューにいかが？

初めてにこタイム 9日(金) 10:15~11:15

にこてらすは、初めて遊びに来る親子をいつでも歓迎しています♪でも、初めてはドキドキしちゃう方、引越してきたばかりで地域情報が知りたい、行くきっかけがないなあという方には「初めてにこタイム」がオススメ！おしゃべりしながら情報交換しませんか？
対象●初めてにこてらすを利用する方
定員●5組
申込●☎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

臨床心理士による子育て相談デー 15日(木)①10:00~10:50 ②14:00~14:50

個別相談・要予約 ※予約相談は初めての方、優先になります。上記以外に、午前午後とも1時間ずつ、ひろばでフリーにご相談いただけます。
子どもをうっとうしいと感じる、怒りはじめると止まらなくなってしまう、ウチの子上手に遊べてないかも…など、日々の子育てで感じるネガティブな想いを話してみませんか？
相談員●児童家庭支援センターういす
臨床心理士 来山光江
定員●2組 1回50分 先着順
申込●☎受付中 でんわしてください

※8月号の予告欄から日にちが変更になっています

臨床心理士による子育て相談デー 10月4日(火) 10:00~14:50

相談員●児童家庭支援センターういす
臨床心理士 来山光江
定員●2組 1回50分 先着順
申込●☎9/13(火)から でんわしてください

おもちゃ病院@にこてらす 10月8日(土) 10:00~15:00

事前申し込みをした上で、当日までにおもちゃを持参してください。
対象●未就学児のいるご家庭
定員●おもちゃ15個まで(1家族2個まで)
申込●☎9/17(土)~10/5(水)まで でんわしてください

お昼のお楽しみタイム

9/15(木) ニッ橋保育園の先生
9/27(火) 絵本読み聞かせグループ あおぞらさん

手遊びや読み聞かせのお時間は
11:45~12:00です。
みんな、遊びに来てね♡



プレママ&プレパパ きてみて体験! 24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 小沼夕佳
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●10組
申込●☎9/3(土)~9/22(木)まで
申込フォームで→



高齢出産の0・1歳児ママ会 28日(水) 13:30~14:30

高齢出産が珍しくない時代。年の差を気にして赤ちゃんのいるママたちの集まりに行くことをためらっていませんか？みんなで気軽にお話しませんか？
対象●35歳以降で出産した方
定員●7組
申込●☎9/7(水)から でんわしてください

専門家相談が始まります！

「産後ママとベビーのはなし」が「助産師による専門相談」になりました！助産師がお子さんとママの体についてアドバイス。妊娠期から出産後の不安や、自身の体調不良などの時「どうしたらいいの？」を解消します。日程はカレンダー面をご覧ください。申込み不要です。

ひろばで気軽に専門家に相談できます

助産師
助産師がお子さんとママの体についてアドバイス。妊娠期から出産後の不安や、自身の体調不良などの時「どうしたらいいの？」を解消します。

育児支援専任保育士

子育ての心配事、保育園についてのギモンなどなど、瀬谷区の保育士さんに気軽に相談ができます。

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。

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。

初めてにこタイム 10月14日(金) 10:15~11:15

お友達作りや、遊びに来るきっかけに参加しませんか？
対象●初めてにこてらすに来る親子
定員●5組
申込●☎9/24(土)から でんわしてください