

まんま サポーター 大活躍!!

いろいろな方が、まんまをサポートしてくださっています。地域のシニアボランティアさん、先輩ママさん、現利用者さん、、、それぞれの立場で、ひろばの利用者さんとたわいのないおしゃべりをしたり、子どもたちの遊びをみまもってくれたり、時には作業のお手伝いをして頂いたり。
みなさんの声を聞いてみました。いつもありがとうございます。

可愛い赤ちゃんや
子どもたちの笑顔に癒され、
たくさん幸せをもらっています。
いわなみさん

まんまに行く日が楽しみで、
たくさん利用者さんがいるといいな〜と
わくわくしながら、伺っています。
たけちゃん

月1くらいのお手伝いですが、
頑張っているママ達にお会いして
『私も!』と気合いを
入れてもらっています。
えのもとさん

まんまでお世話になってもう1年が過ぎようとして
おります。週1回ですが、毎回小さい子とお会
いするのが楽しみなってなりました。
お母さん同士の情報交換もほほえましく、
とても参考になります。
お互いに楽しみましょう。 みやざきさん

娘と一緒にひろばのお手伝いをしています。
娘がおもちゃの消毒などの
お手伝いをしてくれるようになり
感謝です!
すずきさん&Aちゃん

ボランティア活動に興味のある方は、お気軽にお問合せください♡

お福わけの会

ホームページができました!

♡子育て中で、経済的な困難を抱えて
いる家庭を対象に、食料品を無料で配布しています。
♡地域の方からのご寄付(食品類、生活消耗品)も、
受付けています。
詳しくはHPをご覧になるか、お問合せください。
事務局: NPO 法人まんま
045-303-5393 担当: カネコ、イイヨシ



であえるまるしえ vol.3

2024.2.22(木) 10:00~16:00

ニ 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!
お問合わせ、お申込みはまんままで



NPO 法人 まんま

〒246-0031 横浜市瀬谷区瀬谷4-7-19

Tel&Fax 045-303-5393

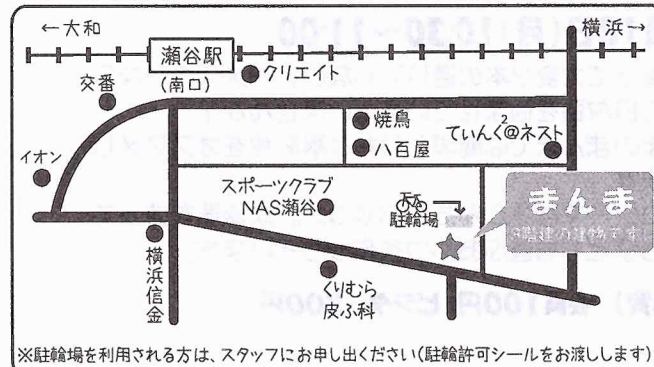
E-mail manmanchi@r9.dion.ne.jp

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→



※駐輪場を利用される方は、スタッフにお申し出ください(駐輪許可シールをお渡しします)。

編集後記

瀬谷駅南口のあいさいプラザで開催された「バンジョー」のコンサート
に行ってきました。アメリカ南部発祥の弦楽器だそうです。一つの楽器
でいろんな音が聞こえて面白かった!100年前の蓄音機とレコードの音
楽も聴かせてもらい貴重な体験をしました! (人間味あふれるタマキ)

まんま通信 No.239 2023.12.1

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

みんなでつくる「私の居場所」

2023年
12月号

『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。

まんま通信

発行: NPO 法人まんま



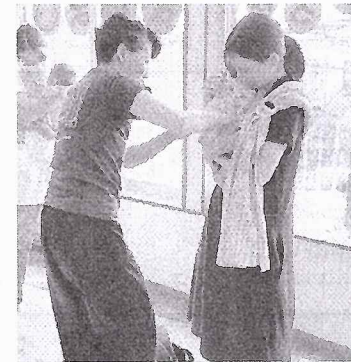
赤ちゃんTime+プレママパパTime 抱っことおんぶの体験会

ママやパパの抱っこが大好きな赤ちゃん。

抱っこひもを使っている、長く抱っこしていると、体のあちこち
が痛くなってきますよね。ママやパパの身体だけでなく、赤ちゃん
にも優しい抱っこの仕方を、ベビーウェアリング(赤ちゃんを
身まとうように抱っこすること)の視点からお伝えします。



2023年12月13日(水) 10:00~11:30



対象 妊娠中の方とパートナー、
0~1歳前後の赤ちゃんとお保護者
定員 7組15名程度

参加費 会員¥500

ビジター¥700 (+ひろば利用料)

妊婦さんは、ひろば利用料無料、参加費(¥700)のみ

限定4組!

午後には個別レッスンを
開催します!

①13:00~②14:00~
③15:00~④16:00~
【参加費】¥1,000(50分間)
※今までに抱っこおんぶのお話会や体験会に
参加したことがある方が対象です。

●講師: 鈴木美香氏●

NPO 法人だっこおんぶの研
究所認定ベビーウェアリング
コンシェルジュ。抱っこする
人と赤ちゃんが心地よく、楽に、
安全に抱っこやおんぶをする方法を教えてくれま
す。元物理教師。高・中学生2人のお子さんを育
てるまんまの元利用者ママでもあります。



これまでの参加者の声

- ①抱っこの高さや足の位置がよくわかりました
- ②スリングの安定感にびっくり!体験できてよかった
- ③自分の抱っこの位置がだいぶ低いことに気がついた
- ④抱っこひもに種類があることが学べてよかった
- ⑤教えてもらう前と後で全然違い、
とても楽になった



◆「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

地域の親子がのんびりすごせるひろばです。

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

プレママさんも
ぜひどうぞ。

【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
●障がい者手帳をお持ちの方は利用料半額です。

ひろばカレンダー12月

月	火	水	木	金
27	28	29	30	1
	ノンプログラムの日は ゆったり、まったり すごしてね！	防災食 アレンジ 10:30～11:00	10:00～12:00	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
4	5	6	7	8
予約 トナカイ工作 ①10:00～12:00 ②13:00～15:00 詳しくは右記をご覧ください。	予約 トナカイ工作 ③10:00～12:00 ④13:00～15:00	抱っこがいきま 発達 ばれぽれ 10:00～12:30	予約 グランマ小児科医のおはなし会 10:00～11:30 詳しくは右記をご覧ください。	おはなし たまてばこ 10:45～11:00
11	12	13	14	15
	ひろばお休みです	予約 抱っことおんぶの体験会 10:00～11:30 PMは個別レッスンも 詳しくは表紙をご覧ください。	抱っこがいきま 発達 ばれぽれ 10:30～11:30	
18	19	20	21	22
予約 まんまのまんま 10:30～11:00 詳しくは右記をご覧ください。 12月生まれ バースデーweek 12/18～12/22	抱っこがいきま 発達 ばれぽれ 10:00～12:00	おんぶがいきま 発達 ばれぽれ 9:30～12:45 おんぶがいきま 発達 ばれぽれ 13:00～15:30	予約 スペシャル おはなしたまてばこ ①10:30～11:40 ②13:30～14:40 詳しくは右記をご覧ください。	
25	26	27	28	29
12/23(土)～1/8(月・祝)まで 年末年始の休館となります。 新年は1/9(火)からのOPENです。				



予約が必要なプログラムです。ひろばに直接、またはお電話でお申込ください。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。てくてくあんよ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。

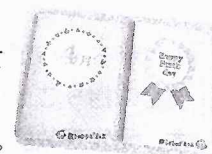


バースデー★week

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。お誕生月のおさんは、ひろばでべったん！して手形カードを作てね。

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。



トナカイ工作Days

12月4日(月) ①10:00～12:00

②13:00～15:00

12月5日(火) ③10:00～12:00

④13:00～15:00

手形で角、足形でトナカイのお顔を作ります。
絵の具を使いますので、汚れてもよい服装でご参加ください。成長の記念にどうぞ！

【参加費】会員¥200 ビジター¥300(1セットあたり)



グランマ小児科医のおはなし会

12月7日(木) 10:00～11:30

テーマ「子どもの発熱 ～受診のタイミングとホームケア～」

家で様子をみる？すぐ病院へ行く？インフルエンザや新型コロナウイルスが流行しているなかで発熱にどのように対処したらいいのかわかります。質問タイムもあります。病院では普段聞けないことを聞けるチャンス！ぜひご参加ください。

【講師】相澤扶美子氏

(旭区南万騎が原サンクリニック 小児科院長)

【参加費】会員¥500

ビジター¥700

【定員】7組15名程度(ひろば利用定員に準ずる)



まんまのまんま

「かんたんおやつ」

12月18日(月) 10:30～11:00

離乳食って大変？本の通りにしないとダメなのかな？
…って日々頭を悩ませているいませんか？
まんまのまんまでは簡単とりわけ離乳食をオススメしています。

今月のテーマは『かんたんおやつ』。炊飯器を使って大人も子どもも喜ぶおやつを作っちゃいます。

【参加費】会員100円、ビジター200円

スペシャル
おはなし

予約 会員限定



mokomokobooksと

クリスマスを楽しもう！

12月21日(木) ※開始時間の15分前までにお越しください

①10:30～11:40、②13:30～14:40

うたってあそび読み聞かせユニット「mokomokobooks」と一緒に歌に絵本にいろいろと楽しんじゃおう♪自由に写真が撮れるフォトスポットもあるよ！読み聞かせが終わったら、サンタさんが来てくれるかも!?

【参加費】会員¥500 (きょうだい児+¥300)

【定員】7組15名程度(ひろば利用定員に準ずる)

●mokomokobooks (モコモコブックス) ●

絵本×音楽で五感を使ったうたってあそび読み聞かせをするユニット。
瀬谷区内の公園で絵本を読む「絵本ピクニック」や「なないろワークショップ」など企画・開催しています。



秋の思い出
～公園遊び～



みんなでお砂場あそびをしたよ
◎瀬谷駅北口公園



シートを敷いてみなたばこ米
◎瀬谷四丁目公園

またお天気の良さそうな日に
企画しますのでお楽しみに！



一人で不安を抱え込まないで、話してみませんか？



子どもの育ち相談日 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。

12/6(水) 10:00～12:30

12/20(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

個別相談

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)

1/19(金) 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！

