

# みずのとうつうしん

## 7月

## 8月

### 乳幼児親子のみなさんへ

#### 高齢者のみなさんへ

高齢者集会室  
いこいの間

開室：火曜日～土曜日 9時～17時

いこいの間は、全面フローリングの床になりました。  
うわばきのまま、お入りになれます。  
だんらん、囲碁・将棋・読書など楽しんでください。

#### 涼み処オープン 7月1日から9月30日

いこいの間に冷麦茶など用意しています。お立ち寄りください。

#### \*卓球タイム

・日時：7月2・9・16・23・30日/8月6・13・20・27日  
毎週木曜日 13時30分～15時30分

・場所：地下多目的ホール

#### \*ポッチャタイム

・日時：7月23日/8月27日の木曜日 10時～12時

・場所：地下多目的ホール

#### \*三療サービス 申込が必要です

・実施日：7月17日 / 8月21日の金曜日

・受付時間：9時15分～15時25分

・施術時間：9時45分～12時5分 13時5分～16時10分

・対象の方：60歳以上 ・場所：2階 いこいの間2

・料金：1回 45分 900円

・持ち物：タオル(2枚) バスタオル(2枚)

・初めて利用される方は登録カードを作成します。住所・氏名・年齢が確認できる本人確認資料をお持ちください。(マイナンバーカード等)

みずの塔ふれあいの家 中野区江古田 1-9-24

☎03-3954-6755



#### 2階ほっとルーム(みずちゃんルーム)

月・火・木・土 10:00～18:00  
水・金 10:00～19:00

#### 1階ホール\*別表あり

月～金 10:00～小学生下校時  
土・学校休業日など 11:50～12:50

\*下校時間は変動があるので、別表をご確認ください

日曜日乳幼児親子の居場所委託事業

#### 「ふらっとサンデー」

時間：9:30～16:30 場所：1階ホール

対象：就学前の乳幼児とその保護者  
(ご家族でも小学生以上は入れません)  
利用のみなさんで、譲り合いながらご利用ください。

#### 「みずちゃんサタデー」

プラレールであそぼう

7/4(土)11:00～11:45

ホールにレールを広げてあそびましょう！！

#### 水道局による「水道キャラバン2026」

9月9日(水)11:00～11:40

親子で楽しく、アニメーションやクイズなどで水道について知ろう！  
来館申込み：8/26(水)から くわしくは職員まで

#### いくさぽさん から こんにちは！

最近、こどもたちが嬉しそうに「あのね、今日〇〇したよ」、「靴」はけるよ」と教えてくれます。また、ある台風の日、ママから(外は雨風が激しいけれど)いつも通りぐっすりお昼寝していましたと微笑ましい話も聞きました。こどもたちの成長を感じて嬉しくなる一方で、ひとつ手が離れる寂しい気持ちと、活発になりハラハラドキドキと新たな心配もでてきて、体も心も忙しい毎日かもしれませんね。パパママ、いつも本当にお疲れ様です。

ほっとルームでは、入口付近のいくさぽデスク上にあるおたよりファイルに「みずちゃんタイム」の工作見本を飾っていく予定です。今月は七夕飾り。ご覧いただき、ぜひお家でも試してみてください。

今年の夏は厳しい暑さが続く予報が出ていますが、当館のほっとルームで涼みながら子育てでクスッと笑ったこと、なんでもないことだけど誰かに聞いてほしいことなど…、いつでもお話にきてください。(日差し対策も忘れずに！)お待ちしております。★第七中学校の生徒さんが7/6～8に「職場体験」にきます。よろしくお願いたします。

子育てなかま作り支援事業

#### 「みずちゃんタイム」

子育て中のみなさんと一緒に季節の行事や体操、おしゃべりなどを楽しみましょう。

実施日：水、金曜日 時間：11:00～11:45  
場所：1階ホール

#### 【7月の主な遊びの予定】

- 1(水) 7/3実施の七夕会に向けて、飾りをつくりまします。
- 3(金) 地域の方から、笹竹をいただきます。七夕飾りや短冊を飾り、七夕を楽しみます。帰りに、笹竹を切り分けて持ち帰れます。
- 8(水)★「教えてもらおう！いざというときの応急手当」
- 10(金) 7月生まれの誕生会  
みんなで一緒にお祝いしましょう。

\*ほかの日もみんなで楽しく遊びます。くわしくは職員まで  
\*7/10が春期の最終日です。秋期9月は2日(水)からはじまります。

★野方消防署 江古田出張所からきてくれます！！

「教えてもらおう！いざというときの応急手当」119番  
7月8日(水)11:00～11:45

場所：みずの塔ふれあいの家 1階ホール  
来館申込み：6/24(水)から 電話申込み：7/1(水)から  
くわしくは職員まで

#### 出張講座「本となかよくなるじかん」

7月23日(木)11:00～12:00

江原小学校で活動している「本となかよくなるじかん」の方々が出てきて、絵本のよみかかせや絵本の選び方などおはなしてくれます。\*1階ホール