

子育てのヒントがいっぱい!

# 柏ママの **sukusuku** コラム

## CULTURE



柏おもちゃ病院だより  
恐竜のルーツ

柏おもちゃ病院  
中田悦弘



背丈 40cm 超の大型恐竜です。本体のみで取説や付属品はなく「動かすにはどうしたらよいか?」とのお質問。早速診察、やっとふくらはぎに「フィッシャープライス」(米国大手玩具会社)の刻印を発見。社名と恐竜を手がかりにスマホで画像検索していたが、ヒットしたのですが、商品名や解説はなく画像のみ。帰宅後ネットで徹底検索。9.6Vのニッケル水素充電電池とリモコンが必要と分かりましたが、さしたる収穫がなく恐竜のルーツ検索はひとまず終了です。

柏おもちゃ病院  
TEL 090-2154-0385 <http://www.kashiwaomotya.com/>

## LIFE



ぞうさんルームを  
ご利用くださいね♪

柏市社会福祉協議会 かしわファミリー・サポート・センター  
平野いずみ

かしわファミリー・サポート・センター(通称ファミサポ)では、沼南社会福祉センターはぐはぐひろば沼南で「ぞうさんルーム」(一時預かり事業)を行っています。毎回ご利用希望者が多く「回数を増やしてほしい」との声にお応えして、4月から毎週金曜日に開催することになりました。お子さんを預けてお買いものなど、ちょっとしたリフレッシュにご利用ください。

ぞうさんルーム(一時預かり事業)  
日時 毎週金曜日 10時~16時のうちの3時間  
利用料 3時間 1,000円  
対象 柏市在住(在勤)の方で、未就学児(生後6ヶ月以上)のお子さん  
お申込み 電話受付 1ヶ月前から3日前まで

柏市社会福祉協議会 かしわファミリー・サポート・センター  
柏市朝早1-2-2 沼南社会福祉センター(はぐはぐひろば沼南)  
TEL 04-7190-5225 FAX 04-7190-5181

※上記のTELおよびFAXは4/2(月)よりご利用いただけます。  
<http://kashiwa-shakyo.com/>

## HEALTH



家族みんなで  
モリモリ食べよう♪

柏市保健所 地域保健課  
磯村直美 管理栄養士

野菜にはビタミン・ミネラル・食物繊維など、健康維持に欠かせない栄養素が含まれています。今回は、お手軽に野菜をたっぷり食べるコツを教えます! ①冷凍野菜やカット野菜を上手に利用すれば短めに ②汁物や煮物などを多めに作って朝食にプラス ③お子様の苦手な野菜は、好きな食材(ツナやハム等)と一緒に料理すると食べやすくなります。春の野菜が出回る時期です。たっぷり野菜を食べ、家族みんなで元気に過ごしましょう♪  
※柏市保健所のHPで「簡単♪ 野菜レシピ」を公開中!

柏市保健所 地域保健課  
柏市柏下65-1(ウェルネス柏内)  
TEL 04-7167-1257

## MIND



子育て情報を  
ぜひご活用ください!

柏市子ども子育て支援課  
田北真也

4月になると進級や進学など、お子さんのことだけでなく、保護者の方もご家庭やお勤め先などの環境が変わりやすい時期です。市では、子育てサイト「はぐはぐ柏」をはじめリアルタイムで手元に情報が届く「子育て情報LINE@」や手軽に持ち運べる「こそだてハンドブック」で情報をお届けしています。さまざまな制度の案内や相談先のご紹介、遊びに行ける子育て支援施設などが掲載・配信されていますので、ぜひご活用ください!

柏市子ども子育て支援課 柏市柏5-10-1  
TEL 04-7168-1034 (直通)

子育て情報LINE@



こそだてハンドブック



はぐはぐ柏 検索

学ぶ! 遊ぶ! 集う! 柏ママの応援サークル

ファイト!  
子育て

# モラージュ mama

2018  
4  
April

Supporters of Mama-life

We Love Kashiwa  
元気な柏 発信プロジェクト

地域の皆様を中心とした  
子育て応援団によるさまざまな  
イベントやセミナー、教室に  
ぜひご参加ください。

モラージュ柏は、柏市社会福祉協議会、  
柏市民活動センター、子育て活動団体(市民活動団体)、  
柏市等と連携し子どもたちの健やかな成長、  
子育てママの支援活動に力を注いでおります。

## 楽しさあふれるママライフを応援します! モラママ・サークル



芽吹き季節に心躍る4月♪ 子育て応援団「モラママ」は、  
春の香りに包まれて元気いっぱいにお届けします。

無料で大切なおもちゃを治療する、おなじみ「おもちゃ病院」を筆頭に、

愉快なお話にみんなが夢中「はらぺこくんのおはなし会」、遠野のわらべうたを学ぶ会にぎにぎの新企画

「赤ちゃん和楽しむ絵本とわらべうた」、ヨガ未経験のママもお気軽に「ママのメンテナンス・リラクソヨガ」、

ベビー連れでも安心な「産後ママのためのご褒美ヨガ」、親子一緒に世界の言葉や歌を楽しむ「多言語の公園で遊ぼう」、

ベテラン保育士が教える「春を感じる楽しいリトミック」など、今月も笑顔が弾ける春色イベントが盛りたくさん!

新しい発見と出会いが待っているモラージュ柏で、ぜひ親子の素敵なひとときをお過ごしください☆

## 4月のモラママカレンダー

●: モラママ・サークル ●: モラージュイベント

1日	[11:00~16:00]	みんなの手形とサインで 巨大(4m)こいのぼりをつくろう!!
8日	[13:00/16:00]	[SOLIDEMO スペシャルミニライブ] & 握手会
13日	[13:00~16:00]	壊れたおもちゃを無料で治療します! 柏おもちゃ病院 ※修理受付13:00~15:30 退院受付13:00~16:00
14日	[10:45/11:30]	「はらぺこくん」のおはなし会 ミニシアターはらぺこくん
15日	[11:00/14:00]	爆笑お笑いステージ「カミナリ」が モラージュ柏にやってくる!
17日	[10:45~11:45]	赤ちゃん和楽しむ絵本とわらべうた 遠野のわらべうたを楽しむ会「にぎにぎ」 ※事前予約が必要です
20日	[11:00~12:00]	はじめての方もお気軽に☆ ママのメンテナンス・リラクソヨガ こどもHAPPYカレッジ ※事前予約が必要です
21日	[未定]	GP League プログラミングコロシウム

22日	[11:00/14:00]	それいけ! アンパンマン ショー
23日	[13:30~14:30]	ベビー連れ歓迎! 産後ママのための ご褒美ヨガ Arigato-yoga ※事前予約が必要です
25日	[15:00~16:00]	親子と一緒に☆チャロツチャレ! 「多言語の 公園で遊ぼう」 ヒップファミリークラブ東葛 ※事前予約が必要です
28日	[11:00~17:00]	本物のかぶとをかぶって 写真を撮ろう
29日	[11:00/14:00]	チュパチュパワンダーランド
30日	[13:30(予定)]	お相撲さんと一緒に記念撮影 & ひびっこ相撲大会
27日	[11:00~11:40]	ベテラン保育士が教える! 春を感じる楽しいリトミック リトミック教室・リズムベビーマッサージ教室 ※事前予約が必要です

ライブ観覧および参加方法などの諸注意事項についてはホームページにてご確認ください。



モラージュ柏

<http://www.mallage.com/kashiwa/>

〒277-0837 千葉県柏市大山台2丁目3番地  
tel.04-7137-6200

【営業時間】 専門店街・フードコート 10:00~21:00  
レストラン街 10:00~22:00

※一部営業時間が異なる店舗がございます。

柏駅西口・我孫子駅北口より無料シャトルバス毎日運行

※柏便・我孫子便ともに「土日祝日ダイヤが平日ダイヤ」に変更となりました。



LINE@ @mallage-kashiwa

子育てママを応援する各種イベントやお得な情報をお届け!  
IDまたはQRコードからお友達登録してください。



モラージュ柏は、千葉の子育て家庭優待カード  
「チーパス」に加盟しています。対象店舗で  
チーパスカードをご提示いただくとさまざまな  
サービスや特典が受けられます。

親子で楽しむステキな時間♪

# 柏ママの wakuwaku イベント

子育て奮闘中のママたち集まれ!  
親子の新たな思い出に、子どもたちの新たな発見に、  
ママ友との新たな出会いに、  
バラエティ溢れる“モロママ”イベントが目白押し。

※各種イベントのお問い合わせおよび受付については、  
各協力団体様までお願いいたします。  
(イベント毎にお問い合わせおよび受付方法が異なります)



4/20

金

1F モラージュールム  
11:00~12:00



はじめての方もお気軽に☆  
ママのためのメンテナンス&リラックスヨガ

初心者の方も安心して参加できるヨガ教室です。産後の骨盤ゆがみ  
メンテナンスや毎日を忙し過ごすママのリラックスタイムにびつ  
たり♪ 小さなお子様同伴可なので、お気軽にご参加ください☆

定員・対象 \* 20組 (生後3ヶ月以降のお子様と保護者)  
受付方法 \* E-MAIL 受付 water.tree87@gmail.com 件名に  
「4/20ヨガ」と記載のうえ①お名前(ママとお子様)  
②生年月日③性別④ご連絡先をご明記ください 電話受  
付 090-8043-1778 ※つながらない時は、メールでお  
問い合わせください 担当: 廣沢

参加費 \* お一人様500円  
持ち物 \* ヨガマットもしくはバスタオル 動きやすい服装  
水分 お子様のおもちゃなど

子どもHAPPYカレッジ <http://happycollege.crayonsite.net/>  
子どもたちの文化的な体験活動を企画・運営・サポート。赤ちゃんと  
未就園児向けのベビーマッサージや親子プレイ教室、小中学生を対象とした  
食育講座、自然観察会など、さまざまな活動を展開中。柏市民公益活動団体  
【お問い合わせ先】04-7146-1100 担当: 中島

4/13

金

1F モラージュールム  
13:00~16:00  
※修理受付  
13:00~15:30  
退院受付  
13:00~16:00



壊れたおもちゃを無料で治療します!

毎月第2金曜日に壊れたおもちゃの定期診療を行っておりま  
す。大切なおもちゃが壊れちゃった! そんな時は“おもちゃ  
病院”までお持ちください。ドクターが丁寧に治療します。  
※治療は原則無料です。診断結果によっては入院いただくことがあります。  
●おもちゃドクター募集中です。ご希望の方は会場まで。

定員・対象 \* 自由参加  
受付方法 \* 当日会場までお越しください(予約不要)  
参加費 \* 無料  
持ち物 \* 壊れたおもちゃ

柏おもちゃ病院 <http://www.kashiwaomotya.com/>  
毎月、柏市教育福祉会館や児童センターを含め  
9ヶ所で開院中です  
柏市社会福祉協議会登録/2010年12月設立  
【お問い合わせ先】080-5421-3799 担当: 梶

4/23

月

1F モラージュールム  
13:30~14:30



ベビー連れ歓迎!  
産後ママのためのご褒美ヨガ♪

ママの元気を応援するヨガ教室。ベビー同伴可なのでご自身の時間  
を持ちにくい産後ママもお気軽にヨガを楽しめます。赤ちゃんを優  
しく見守りながら、心と体を気持ちよくリフレッシュ&リラックス  
する素敵な時間を過ごしましょう♪

定員・対象 \* 20組 (1ヶ月月診断後〜ハイハイ前のお子様同伴可)  
受付方法 \* E-MAIL 受付 saiko.arigatoyoga@gmail.com  
「4/23ヨガ予約」と記載のうえ①お名前②携帯番号③同  
伴されるお子様のお名前と生年月日④その他、体調のこと  
やご質問などをご明記ください ※ご予約完了時に返信いた  
しますので、メールが返信できるような設定をお願いします  
担当: 松田

参加費 \* お一人様500円  
持ち物 \* 動きやすい服装 ヨガマットもしくは大判のバスタオル  
飲み物 赤ちゃん用の敷物 お子様用おもちゃなど  
(食べ物のご遠慮ください)

arigato-yoga <http://www.p-kit.com/hp/arigato-yoga/>  
ベビーからシニアまで、人生それぞれのステージをちょっと豊かにする、持続  
可能なヨガ教室。出張・イベント・ヨガスタジオでの各種レッスンを好評開催中  
【お問い合わせ先】090-1791-0012 担当: 松田

4/14

土

1F モラージュールム  
10:45~11:15  
(4歳~小学生向け)  
11:30~12:00  
(0歳~4歳向け)



「はらぺこくん」のおはなし会

照明や音楽を活用した愉快なおはなし会です。参加型紙芝居「おおよ  
くおおよくおおよくなあれ」は、日本語と英語両方で演じます。イラ  
ストと一緒に歌う「こぶためきつねこ」、大型絵本「たまごにいちや  
ん」、ギター伴奏の「ハレルヤの歌・動物さんバージョン」などワ  
クワクワがいっぱい! 参加者全員に特製ペロココシールをプレゼント☆  
両方の会に参加OK!

定員・対象 \* 60名 10:45~11:15(4歳~小学生向け)  
11:30~12:00(0歳~4歳向け)  
受付方法 \* 当日会場までお越しください(予約不要)  
参加費 \* 無料

ミニシアターはらぺこくん  
<http://harapekokun.web.fc2.com/>

親子向けのおはなし会活動を行う31年の実績を持つグループ。観客と一緒に  
楽しむライブ型の公演が魅力です。平成25年度「厚生労働大臣ボランティア  
功労賞」受賞。平成29年度内閣府春の叙勲で「緑綬褒章」受賞  
【お問い合わせ先】04-7133-7163 担当: 熊谷

4/25

水

1F モラージュールム  
15:00~16:00  
(受付14:45)



親子で一緒に☆  
「チャロツチャレ♪ 多言語の公園で遊ぼう!」

まねっこから始まるコミュニケーション! 世界の歌やことば  
を楽しみながら多言語で広がる世界を体感してみませんか?  
0歳から参加OKの親子と一緒に楽しむワークショップです♪

定員・対象 \* 20組 (0歳~6歳程度のお子様と保護者)  
受付方法 \* E-MAIL 受付 hippo.toukatsu@gmail.com 件名  
に「4/25多言語」と記載のうえ①お名前(ママ  
とお子様) ②赤ちゃんの月齢③携帯電話番号を  
ご明記ください。電話受付 080-9975-0640  
受付時間: 10時~17時 担当: 佐々木

参加費 \* お一人様300円

ヒッポファミリークラブ東葛

柏・流山・松戸を中心に、家族やメンバーと一緒にさまざまな  
国のことばを自然に身につけ、国や世代を越えた人と出会い、  
共に育つことのできる環境づくりに取り組んでいます。母体は  
一般財団法人 言語交流研究所(本部・東京都渋谷区)  
【お問い合わせ先】080-9975-0640 担当: 佐々木

4/17

火

1F モラージュールム  
10:45~11:45



新企画で  
登場!

赤ちゃんと楽しむ絵本とわらべうた

赤ちゃんの「こころ・からだ・ことば」を育むわらべうたを親子で  
一緒に楽しみましょう! 特に今回は、新企画として月齢や年齢に  
合った絵本もご紹介。子育てを豊かに彩る絵本と昔から伝わるわら  
べうたで親子の絆をもっと深めてみませんか♪

定員・対象 \* 20組 (生後2カ月~2歳までのお子様と保護者)  
受付方法 \* E-MAIL 受付 warabeuta.1225@gmail.com 件名に  
「4/17絵本とわらべうた」と記載のうえ①お名前(ママと  
お子様) ②お子様の年齢と性別③電話番号をご明記くだ  
さい 電話受付 090-9673-7123 (不在時は留守電に  
E-MAIL 申し込みと同じ内容のメッセージを残してください)  
担当: 木津

参加費 \* 親子一組500円  
持ち物 \* バスタオル(赤ちゃん用の敷物) いつものお出かけセット

遠野のわらべうたを学ぶ会 にぎにぎ

保育園の子育て支援センターや子育て広場、親子カフェなどで、  
子育ての知恵が詰まった岩手県遠野市に伝わるわらべうたを  
ご紹介しています

【お問い合わせ先】090-9673-7123 担当: 木津

4/27

金

1F モラージュールム  
11:00~11:40



ベテラン保育士が教える!  
春を感じる楽しいリトミック

親子でふれあひながら、音楽を通して聴く力や表現力を養い  
ます。元保育士の豊富な経験とアイデアを活かした充実の力  
リキウム。今回は、春の到来に期待を込めて、春らしい教  
材を使ったリトミックを存分に楽しみたいと思います♪

定員・対象 \* 20組 (1歳~2歳程度のお子様と保護者)  
受付方法 \* 電話受付 090-4134-1712  
受付時間: 12時~20時 担当: 平田

参加費 \* お一人様500円

リトミック教室・リズムベビーマッサージ教室  
Happy Music

柏・我孫子・取手地域を中心に、親子で楽しめるリトミック、  
リズムベビーマッサージ教室を主宰しています

【お問い合わせ先】090-4134-1712 担当: 平田