親と子のつどいの広場

こんぺいとう通信

NO.177

3月号 MARCH

発行：NPO法人日吉子育て応援団
2026年3月1日

住所：横浜市港北区日吉本町4-1-55-101
電話：045-628-9510
メールアドレス：hiyoshi-konpeitou@nifty.com

春の訪れを感じる暖かな日が増えてきました。今年度も残りわずかとなり、新しい生活に向けた準備が始まる時期でもありますね。広場に遊びに来てくださった皆さんにとって、この一年が楽しい思い出となっていれば嬉しいです。３月はお別れと新しい一歩の季節でもあります。お子さんたちの成長を感じると同時に、広場での時間が一区切りとなる方もいらっしゃることでしょう。ここで過ごしたひとときが、皆さんの心にあたたかく残りますように。これからも人とのつながりを大切に、笑顔あふれる広場にしていきたいと思います。今月もぜひ遊びに来てくださいね。

子育てを楽しもう！

助産師のじりの子育て子育ちコラム ◆51◆

コラムを書いている今は春の陽気でとても温かく、大倉山の梅を見に行きました。でも先週は雪が降り寒暖差が激し過ぎて体がついていきませんね。
今月は、
～三寒四温を駆け抜ける！体調管理術「腸活」で免疫力アップ～
体調を崩しやすい時期だからこそ、免疫細胞の多くが集まる腸を整えます。味噌、納豆などの発酵食品や、食物繊維を意識的に取り入れましょう。
また冬から春にかけては、身体を温める効果のある根菜の食材を積極的にとりましょう。根菜類（人参、大根、ごぼう）をスープや味噌汁にすると、水分補給と保温が同時にできておすすめです。
のじりのおすすめはごぼうのポタージュです。
ごぼうや野菜をくたくたになるまで火を通してから
（この時少しだけお米を入れるのがポイント）
ブレンダーでガーってしてください、離乳食のお子さんも野菜スープを食べられます。大人や上の子には牛乳や豆乳を入れて味を整えれば完成です。

＜のじり しずか＞

4月イベント情報

ホリディひろば spring ver.

参加無料

『えほんを楽しもう♫』

4/5(日) 10:00～11:30

新しい年度が始まって
少しホッとしてみたくなりませんか？
こんぺいとうでゆったりあそびましょう！
大きな絵本をみんなでみよう！

定員 10組 0歳から未就学児の親子対象

3/30(月)9:00より予約開始
ご予約、ご参加お待ちしています。

「こそけん」来年度メンバー募集のおしらせ

「こそけん」とは、こんぺいとうを応援してくれている利用者さん親子のボランティアグループです。
来年度の活動に向けて、新メンバーを募集します！

「なんでもいいので気軽に広場に関わってみたい」「ちょっと手伝ってみたい」そんな気持ちがあれば大歓迎です！メンバーと一緒に楽しく活動してみませんか？月に１回、同じメンバーで集まるので、ママ同士子ども同士もお友だちになれますよ♪

【募集人数】若干名（先着順）

～今までの活動内容の例～
- こんぺいとうinstagram企画編集
- 15周年記念事業
- クリスマスフォトブース・夏祭りイベント企画制作
- ホームページリニューアルに向けた意見交換
- クリスマス会
- 消防署見学
- 餅つき＆餅きり体験
- みそ作り体験
- 春の遠足

ご興味のある方はお気軽にスタッフにお声掛けください！

BOOK 今月のおすすめ絵本ご紹介

『 トイレ いけるかな 』
作・絵：わらべきみか
出版社：ひさかたチャイルド

『 おふとんさんがまってるよ 』
作・絵：植垣歩子
出版社：Ｇａｋｋｅｎ

『 富士山うたごよみ 』
短歌・文：俵 万智　絵：Ｕ・Ｇサトー
出版社：福音館書店

日吉界隈には、富士山ポイントがたくさんありますよね。富士山を見るとなぜか幸せな気持ちになれます。この絵本は、そんな富士山が二十四節気ごとにお洒落な姿で表現されているのですが、添えられた短歌も文章もじんわり沁みます。季節ごとにページをめくりたくなる絵本です。

＜ともだちスタッフ＞

こんぺいとう本棚より

１家族２冊まで２週間貸し出しができます。今月のおすすめ絵本は、広場での展示期間が終わると他の本と同様に貸し出します。詳しくはスタッフにお声がけください。

『こんぺいとう』ご利用案内 2026年 3月 カレンダー

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
						1
2 午後	3 ひな祭り 午後 相談	4	5	6	7	8
9 3/15開催 予約開始 水 午後	10 午後 相談	11	12	13 午後 スタッフ研修	14 WHITE DAY	15 午前 水
16 午後 のじり助産師とはなそう	17 午後 相談	18 午前	19	20 春分の日	21 午前 午後	22
23 午後	24 午後 相談	25	26	27	28	29
30 4/5開催 予約開始 水 午後	31 午後 相談	…通常の広場はお休みです				

相談 子育て相談 要予約
①13：00～ ②14：00～

火曜日午後は個別の子育て相談の専用時間になっています。お電話または受付にてお申し込みください。
※通常の広場はお休みです。

通常の広場でも子育てアドバイザーが来ています。お気軽にご相談ください。
午前 午後
詳しくはホームページ・館内カレンダーをご覧ください。

広場の情報やイベントのご予約はこちら
↓↓↓
ホームページ Instagram

今月のイベントご案内

こんぺいとうさん
3/21（土）
10：00～11：30
（9：50～受付開始）
予約不要 先着10組
10時にはお越しください

マタニティ広場
3/21（土）
13：30～15：00
Web予約にて受付

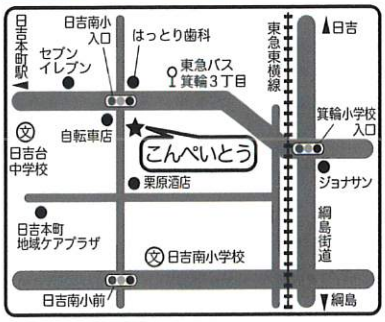
ねんねのじかん
毎週 月曜日
13：00～14：30
生後５ヶ月までの親子対象
予約不要
ママ・パパたちのおしゃべり会です

とびだせ!! こんぺいとう 外遊び
3/18（水）
10：30～11：30
予約不要　現地集合
「松の川緑道をお散歩しよう！」
集合場所：日吉地区センター入口

ホリディひろば 水
3/15（日）
『春のフルールコンサート』
3/9（月）9：00よりWeb予約開始
4/5（日）
『えほんを楽しもう♫ spring ver.』
3/30（月）9：00よりWeb予約開始

通常広場のご案内

開館時間　月・水・木・金　9：00～16：00（ランチタイム 12：00～12：45）
　　火・第２金　9：00～12：00
利用人数　定員15組程度
利用方法　予約不要　利用料　無料
休館日　土・日・祝・年末年始・特別休館日・
　　火曜日午後・第２金曜日午後



こんぺいとう　こんぺいとう　賛助会員へのお願い

現在、横浜市の広場は、市の補助事業として開催されています。しかし補助金だけでは足りないので利用料や登録料、イベント参加費などで各広場は自主財源を得ています。こんぺいとうは誰もが気軽に･･･財布も持たずにさんぽついでに立ち寄れるような場にこだわるスタッフのもと利用料を無料にしています。できることは地域のボランティアでこなし、備品は寄付を最大限に利用してきました。こんぺいとうの自主財源として賛助会費は大きな柱となっております。地域ぐるみの子育てをこれからも創り・存続していくために、支援していただける地域の皆さん、利用者さんとともにご協力をお願いいたします。

賛助会員 一口　1,000円/年　受付にてお申込みしていただくか、下記へお振り込みをお願いします。
ゆうちょ銀行　記号10250　番号22799591　ＮＰＯ法人日吉子育て応援団

こんぺいとうは、横浜市こども青少年局の親と子のつどいの広場補助事業としてＮＰＯ法人日吉子育て応援団が運営をしています。